



# Relatório Final de Estágio Pedagógico

Relatório Final do Estágio realizado na Escola Secundária 2º e 3º Ciclos Anselmo de Andrade, elaborado com vista à obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Júri:

Presidente

Professor Doutor Marcos Teixeira de Abreu Soares Onofre

Vogais

Professora Doutora Ana Maria Silva Santos

Professor Mestre Nuno Miguel da Silva Januário

Professor Licenciado Pedro Miguel Soares Alvarez

**Gonçalo Rúben Madeira Paulo Ribeiro**

2013

## **Agradecimentos**

Este ano de estágio não teria sido possível de realizar, sem o contributo e apoio de algumas pessoas a quem quero manifestar o meu mais sincero agradecimento.

À minha família, pela educação que me deram, por todo o apoio prestado nos melhores e piores momentos e pelo esforço que fizeram para que nunca desista dos meus objetivos.

Aos meus orientadores de estágio, professor Nuno Januário e professor Pedro Alvarez, pelo apoio e orientação ao longo de todo este processo de formação.

Aos meus colegas de estágio, Gonçalo Marçalo e Gonçalo Figueiredo, por todo o companheirismo e entreajuda criados ao longo deste ano letivo.

Aos meus alunos, professores e funcionários da Escola Secundária 2º e 3º ciclos Anselmo de Andrade. Embora cada um tivesse um papel distinto neste ano de formação, todos foram imprescindíveis e merecem ser recordados.

A todos os que, direta ou indiretamente, tiveram influência no meu ano de estágio.

## Resumo

O presente relatório tem por objetivo analisar o processo de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária 2º e 3º ciclos Anselmo de Andrade, situada em Almada, no ano letivo 2012/2013. O estágio integra o 2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Motricidade Humana, constituindo-se como a preparação para o exercício da função docente. Este processo teve como referência o Guia de Estágio Pedagógico 2012/2013, no qual estão explícitos os objetivos gerais e específicos, relativos a quatro áreas de intervenção: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem (Área 1), Inovação e Investigação Pedagógica (Área 2), Participação na Escola (Área 3) e Relação com a Comunidade (Área 4).

Em relação a cada uma destas áreas, é realizada uma reflexão aprofundada sobre as principais dificuldades sentidas, as estratégias utilizadas para a sua superação e as contribuições que estas promoveram na melhoria da minha formação individual.

Por último, é realizada uma reflexão crítica sobre todo o processo de formação, com especial incidência no estágio pedagógico do presente ano letivo.

**Palavras-Chave:** Escola; Professor; Alunos; Ensino; Aprendizagem; Competências; Dificuldades; Estratégias; Reflexão; Formação.

## **Abstract**

The present report has the objective of analyze the teaching process developed at Escola Secundária 2º e 3º ciclos Anselmo de Andrade , in Almada, occurred in the school year of 2012/2013. It's integrated in the second year of the Master of Physical Education in teaching, Basic and Secondary school levels of Faculty of Human Kinetics, as a way to prepare the student for a teaching function. This process used as reference the Teacher Training Guide 2012/2013, in where are explicit the general and specific objectives, related to four areas of intervention: Organization and Management of Teaching and Learning (Area 1), Innovation and Educational Research (Area 2), Participation in School (Area 3) and Relationship with the Community (Area 4).

To each one of these areas there will be made a profound reflection about the main difficulties, as well as the strategies used to overcome them and all the contributions that those offered to a better crafting of my personal apprentice and formation.

Finally, is performed a critical reflection of the whole process of training, with special focus on teaching practice lived during the current school year.

**Key-words:** School; Teacher; Students; Teaching; Learning; Skills; Difficulties; Strategies; Reflection; Formation.

# Índice

Introdução.....	1
Caraterização .....	3
Caraterização do concelho de Almada .....	3
Caraterização do Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade .....	3
Caraterização da Escola Secundária com 2º e 3º Ciclos Anselmo de Andrade .....	4
Organização pedagógica da ESAA e intervenção na comunidade escolar como professor do Grupo de Educação Física.....	5
Organização e gestão do ensino e da aprendizagem – Área 1 .....	6
Planeamento .....	8
Avaliação .....	12
Condução do Ensino .....	17
Investigação e Inovação Pedagógica – Área 2 .....	23
Participação na Escola – Área 3.....	31
Desporto Escolar .....	31
Ação de Intervenção adaptada às características e às necessidades específicas da escola.....	35
Relação com a comunidade – Área 4 .....	42
Estudo de Turma 10ºB.....	42
Acompanhamento da Direção de Turma .....	43
Hora burocrática .....	44
Receção aos Encarregados de Educação .....	45
Reuniões de Conselho de Turma .....	46
Reflexão Final.....	49
Bibliografia.....	50
Anexos .....	53

## **Índice de tabelas**

Tabela 1 - Agrupamento de escolas anselmo de andrade .....	3
--	---

## Índice de Anexos

- (Anexo 1) Plano Anual de Turma
- (Anexo 2) Plano de 1ª Etapa
- (Anexo 3) Plano de 2ª Etapa
- (Anexo 4) Plano de 3ª Etapa
- (Anexo 5) Plano de 4ª Etapa
- (Anexo 6) 1ª Unidade de Ensino
- (Anexo 7) 2ª Unidade de Ensino
- (Anexo 8) 3ª Unidade de Ensino
- (Anexo 9) 4ª Unidade de Ensino
- (Anexo 10) 5ª Unidade de Ensino
- (Anexo 11) 6ª Unidade de Ensino
- (Anexo 12) 7ª Unidade de Ensino
- (Anexo 13) 8ª Unidade de Ensino
- (Anexo 14) 9ª Unidade de Ensino
- (Anexo 15) 10ª Unidade de Ensino
- (Anexo 16) Projeto de Investigação Área 2
- (Anexo 17) Projeto do Desporto Escolar
- (Anexo 18) Projeto da Semana da Saúde
- (Anexo 19) Projeto de Direção de Turma
- (Anexo 20) Estudo de turma
- (Anexo 21) Projeto coletivo de formação

## **Lista de Abreviaturas**

- AF** – Avaliação Formativa
- AFD** – Atividades Físicas e Desportivas
- AI** – Avaliação Inicial
- AS** – Avaliação Sumativa
- CT** – Conselho de Turma
- DE** – Desporto Escolar
- DT** – Diretora de Turma
- EE** – Encarregado de Educação
- EF** – Educação Física
- ESAA** – Escola Secundária Anselmo de Andrade
- GEF** – Grupo de Educação Física
- JDC** – Jogos Desportivos Coletivos
- PAT** – Plano Anual de Turma
- PCF** – Projeto Coletivo de Formação
- PE** – Plano de Etapa
- PEE** – Projeto Educativo de Escola
- PES** – Projeto de Educação para a Saúde
- PNEF** – Programa Nacional de Educação Física
- PP** – Plano Plurianual
- UE** – Unidade de Ensino



## Introdução

O presente relatório tem como objetivo analisar o processo de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária 2º e 3º ciclos Anselmo de Andrade (ESAA), situada em Almada, no ano letivo 2012/2013. O Estágio Pedagógico integra o 2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Motricidade Humana, constituindo-se como a preparação para o exercício profissional.

Assim, e ao longo do ano letivo, foram planeadas e dinamizadas atividades respeitantes às quatro áreas de intervenção previstas no Guia de Estágio Pedagógico (2012/2013):

- Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem;
- Área 2 – Inovação e Investigação Pedagógica;
- Área 3 – Participação na Escola;
- Área 4 – Relação com a Comunidade.

De forma a articular as atividades realizadas durante o estágio, as quais se incluem nas áreas de intervenção acima enunciadas, optei por estruturar o relatório segundo uma lógica, partindo-se do global para o particular. Assim, é efetuada uma contextualização da organização escolar em questão (nível Macro), passando-se para a estrutura e organização pedagógica da escola (nível Meso), para terminar na análise crítica do trabalho realizado ao nível da minha intervenção na lecionação da disciplina de Educação Física e como elemento do conselho de turma, da classe que me foi atribuída (nível Micro).

Esta abordagem vai possibilitar uma melhor compreensão da organização escolar, uma vez que permite aprofundar a análise e reflexão das aprendizagens realizadas durante o ano letivo, estabelecendo sempre uma relação com os diferentes níveis da função docente. Tais aprendizagens são fundamentais para que a Escola cumpra efetivamente a sua missão, uma vez que a consecução dos objetivos a que se propõe depende diretamente do trabalho colaborativo dos seus atores em várias áreas e não apenas ao nível da sala de aula.

Posto isto, o relatório encontra-se estruturado em três grandes capítulos:

- I. Análise e Intervenção Macro sistémica – Caraterização da ESAA;
- II. Análise e Intervenção Meso sistémica – Organização Pedagógica da ESAA e intervenção na comunidade escolar como professor do Grupo de Educação Física (GEF);
- III. Análise e Intervenção Micro sistémica – Relação Pedagógica ao nível da lecionação da disciplina de Educação Física e intervenção no conselho de turma.

No primeiro ponto são apresentadas as estruturas de gestão e orientação educativa da ESAA. De seguida, são analisadas as atividades de escola dinamizadas no âmbito do Projeto Educativo de Escola (PEE), com referência às suas potencialidades e contributos, não só para a escola, como também para a minha formação profissional enquanto futuro professor e elemento integrante do GEF.

O derradeiro ponto de análise diz respeito às atividades desenvolvidas com a turma acompanhada durante o ano letivo. Assim, e para além das atividades relacionadas com o Planeamento, Avaliação e Condução de Ensino, as quais se reportam à disciplina de Educação Física, é analisado neste capítulo o apoio prestado aos professores do Conselho de Turma.

Mais do que descrever o meu crescimento enquanto professor estagiário de Educação Física, profissional de ensino e membro ativo na Escola, procurarei efetuar uma análise reflexiva e crítica de todas as atividades desenvolvidas, experienciadas e que contribuíram para o meu conhecimento e desenvolvimento profissional. Esta análise permitirá identificar quais as competências que foram efetivamente adquiridas, uma vez que estas serão a base para que, no futuro, seja possível desempenhar eficazmente as minhas funções enquanto docente.

# Caraterização

## Caraterização do concelho de Almada

A ESAA situa-se no concelho de Almada e trata-se da escola sede do agrupamento.

Este concelho situa-se na Península de Setúbal, estando separado da Grande Lisboa pelo Rio Tejo. Pela sua posição geográfica, tem “sofrido” uma proliferação, aumentando nas últimas décadas, principalmente em termos de densidade populacional.

O concelho em questão deixou um pouco de lado a ideia pré-estabelecida de dormitório de Lisboa, existindo inúmeras famílias que efetuam toda a sua atividade laboral em Almada. Um exemplo disso mesmo é a taxa de natalidade verificada em 2001, que indicava níveis superiores quando comparados com a média em Portugal Continental.

## Caraterização do Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade

O agrupamento de escolas Anselmo de Andrade é constituído por três escolas básicas com jardim-de-infância, e pela ESAA.

Todas as escolas se situam no concelho de Almada, nas freguesias do Pragal e de Almada. Estas freguesias são de momento o núcleo habitacional do concelho, sendo as mais densas em termos populacionais. São constituídas por espaços heterogéneos, no que diz respeito às construções que as constituem tanto ao nível da malha humana que a compõe como também do ponto de vista social.

Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade			
Escola Secundária Anselmo de Andrade	EB1/JI Nº1 do Pragal	EB1/JI Nº1 de Almada	EB1/JI Nº2 de Almada

Tabela 1 - Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade

## **Caraterização da Escola Secundária com 2º e 3º Ciclos Anselmo de Andrade**

A Escola Secundária com 2º e 3º Ciclos Anselmo de Andrade foi criada em 1971 como Escola Técnica Comercial Anselmo de Andrade.

A Escola encontra-se inserida num meio social médio ou médio alto, sendo constituído predominantemente por famílias com formação média ou superior.

Tal como o nome indica, a escola leciona três ciclos de ensino, sendo estes, o 2º ciclo, 3º ciclo e secundário. No que diz respeito ao ensino diurno, a escola oferece ao 3º ciclo as opções da área artística e de línguas, ao ensino secundário os cursos científico-humanísticos e cursos profissionais. A escola oferece, também, ensino noturno, nomeadamente os cursos do Ensino recorrente e cursos de Educação e Formação de Adultos, inseridos no projeto “Novas Oportunidades”.

Quanto ao PEE, este é um

(...) “documento de carácter pedagógico que procura estabelecer a identidade própria de cada escola onde se apresenta o modo geral de organização e os objectivos que se pretendem para a instituição e, enquanto instrumento de gestão, é o ponto de referência orientador da coerência e unidade da acção educativa”

Barroso (1997, p.13).

Em relação aos objetivos e missões que vêm contemplados no PEE da ESAA, este define como prioridade: promover o sucesso, reduzindo retenções e abandono escolar, valorizando o mérito e a excelência; promover um clima de ensino e de aprendizagem que previna situações de indisciplina, articulando a ação de todos os agentes educativos; articular currículos e ciclos de estudo; incentivar e apoiar o desenvolvimento de projetos nomeadamente na área de educação para a saúde; promover a aproximação formativa dos pais e Encarregados de Educação (EE) à vida escolar dos seus educandos, de modo a potenciar o sucesso e a reduzir a indisciplina.

Relativamente às instalações a escola é constituída por seis blocos de dois andares, todos de sala de aula. Dispõe ainda, de um refeitório, sala dos alunos, balneários, campo de jogos e um pavilhão gimnodesportivo inaugurado em 2005/2006. Existe ainda à disposição uma biblioteca e uma sala multimédia.

Ao nível do ensino da Educação Física (EF) em particular, além das instalações referidas anteriormente, existe ainda um ginásio, uma sala de dança, bem como uma sala de aula para conteúdos teóricos.

## **Organização pedagógica da ESAA e intervenção na comunidade escolar como professor do Grupo de Educação Física**

De modo a garantir a integração e contribuição do trabalho do Professor estagiário, o Guia de Estágio indica a participação ativa do mesmo em quatro áreas de intervenção. Como tal, e no final do processo de estágio, o professor estagiário deve perceber, de uma forma global, todas as dinâmicas do recinto escolar, tendo sempre em perspetiva uma interação e articulação entre as várias áreas, indo ao encontro do Decreto-Lei nº240/2001 de 17 de Agosto, segundo o qual “o professor exerce a sua atividade profissional, de forma integrada, no âmbito das diferentes dimensões da escola como instituição educativa e no contexto da comunidade em que esta se insere”.

O Guia de Estágio apesar de subdividir os objetivos por diferentes áreas, defende que o estagiário deve conseguir demonstrar um determinado perfil de competências. Os objetivos associam-se ao desenvolvimento das capacidades inerentes ao perfil de competências do Professor, o qual se encontra definido no Dec. Lei nº240/2001 de 30 de Agosto, onde se destaca o dever de valorizar “a escola enquanto polo de desenvolvimento social e cultural, cooperando com as outras instituições da comunidade e participando nos seus projetos e o dever de cooperar na elaboração e realização de estudos e de projetos de intervenção integrados na escola e no seu contexto”.

É segundo esta lógica que se apresentam os balanços e reflexões das atividades realizadas na ESAA. Este processo divide-se em dois aspetos: o primeiro, debruça-se sobre as razões e principais objetivos que resultaram na seleção de tais atividades; o segundo, diz respeito às aprendizagens pessoais/profissionais que daí resultaram.

Gostaria de salientar que a realização de tais atividades não procuraram apenas responder aos objetivos definidos no Guia de Estágio mas também para garantir o meu desenvolvimento de competências que me permitam, num futuro próximo, intervir com maior qualidade no contexto escolar.

# Organização e gestão do ensino e da aprendizagem – Área 1

A área de Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem constitui a área principal do estágio e da atividade docente, estando estritamente relacionada com o processo de ensino-aprendizagem desenvolvido com a turma atribuída ao estagiário. Assim, foram desenvolvidas atividades de avaliação, planeamento e condução, no sentido de desenvolver competências que contribuam para uma otimização da minha atividade enquanto futuro professor de EF.

Ao nível da sala de aula, no caso concreto da disciplina de Educação Física do espaço de prática correspondente a cada sessão, procurei, ao longo do estágio pedagógico, responder às normas de escola e às decisões tomadas no seio do GEF.

De seguida, analisarei o percurso trilhado, durante o presente ano letivo, ao nível da lecionação da disciplina de Educação Física. Ao longo de todo este percurso, procurei focar a minha atenção nos aspetos que são fulcrais para garantir um processo de ensino aprendizagem equilibrado, coerente e que responda às reais necessidades dos alunos.

De acordo com o Dec. Lei Constitucional nº 1/2005 de 12 de Agosto - Educação, cultura e ciência - da VII Revisão Constitucional:

“O Estado promove a democratização da educação e as demais condições para que a educação, realizada através da escola e de outros meios formativos, contribua para a igualdade de oportunidades, a superação das desigualdades económicas, sociais e culturais, o desenvolvimento da personalidade e do espírito de tolerância, de compreensão mútua, de solidariedade e de responsabilidade, para o progresso social e para a participação democrática na vida coletiva”

Decreto de Lei Constitucional nº1/2005 de 12 de Agosto (p.13).

No momento da “chegada” à escola, é aconselhado que se realize uma análise dos seus documentos internos, ficando assim a par dos princípios, finalidades e metas que neles se encontram definidos. Este conhecimento da realidade escolar é fundamental para que o professor estagiário desenvolva, em colaboração com os restantes elementos do GEF, um trabalho que respeite tais princípios, finalidades e metas (Jacinto, Comédias,

Mira & Carvalho, 2011). Considero que a realização desta atividade/tarefa no início do ano letivo contribuiu para compreender, globalmente, as normas de escola.

Outra das atividades/tarefas indispensáveis a ser realizada no início do ano letivo, prende-se com a caracterização da turma que nos é designada. Esta atividade tem como objetivo facilitar e fundamentar as decisões tomadas após a Avaliação Inicial (AI), durante a construção do Plano Anual de Turma (PAT), Plano de Etapa (PE) e Unidades de Ensino (EU) (Bento, 1987). Para uma boa condução de ensino, é importante ter na nossa posse, um conjunto de informações relativas a cada aluno, de forma a tentar prever as suas qualidades, maiores necessidades e perfil comportamental. Tudo isto com o objetivo de melhor orientar e gerir todo o processo de ensino aprendizagem de todos os elementos da turma (Bento, 1987).

“Deve garantir um conjunto de informações (considerando as áreas e subáreas da extensão da Educação Física) sobre a turma que permitam organizar o plano de turma, decidindo sobre os alunos que vão precisar de maior acompanhamento, as matérias em que os alunos se encontram mais distantes dos objetivos do programa, as capacidades motoras que merecem especial atenção e os aspetos críticos de organização da turma e tratamento das matérias.”

Guia de Estágio (2012, p. 7)

Para este estudo de turma foi distribuído durante a primeira sessão de EF, um questionário, para poder recolher informações respeitantes ao gosto e interesse pela disciplina de EF, às limitações para a prática de atividade física, historial desportivo, entre outros exemplos. Ainda em relação ao estudo de turma, mais à frente neste relatório (Análise da Área 4), irei abordar mais aprofundadamente o estudo sociométrico, elaborado durante o 2º Período, tendo este sido posteriormente apresentado em Conselho de Turma.

Importa referir que os resultados do primeiro questionário aos alunos serviram para me facilitar uma primeira abordagem aos elementos da turma. Em relação aos resultados do teste sociométrico, estes possibilitaram-me elaborar de forma mais organizada os grupos de trabalho nas EU, tendo em conta os grupos de nível mas também as relações interpessoais entre os diferentes alunos da turma com o intuito de aumentar a motivação e por consequente a qualidade do processo ensino aprendizagem.

## Planeamento

Como já foi referido, procurei, durante o planeamento do processo de ensino aprendizagem, ter em consideração as normas de escola mas também do GEF.

Um dos primeiros passos, passou pelo planeamento do período de AI, sendo esta umas das primeiras competências a desenvolver no âmbito da minha atividade como estagiário na ESAA. Uma vez que o GEF possuía um Protocolo de Avaliação Inicial (PAI), o núcleo de estágio optou por o colocar em prática, uma vez que este tinha bem especificado as situações de prática e os critérios/indicadores de avaliação (que realçam os aspetos críticos que caracterizam cada um dos níveis dos programas - Introdução, Elementar e Avançado), os compromissos dos planos Plurianuais para o 10º ano, o roulement e, também, as orientações metodológicas do PNEF. Tendo isto como base, procurei um planeamento para esta 1ª Etapa do ano letivo, adequado às características específicas do contexto em que me encontrava. Considero que esta 1ª Etapa decorreu com alguma eficácia, tendo conseguido após aula recolher a informação desejada sobre cada aluno em cada matéria, embora tivesse, como esperado sentido algumas dificuldades nas primeiras sessões, derivadas à falta de experiência de lecionação e organização de grupos de trabalho. Como modo de superar esta dificuldade inicial, comecei a trazer implícito no plano de aula, os grupos de trabalho disponíveis, o que me contribuiu em muito para um maior sucesso, ao nível de tempo útil de prática e na respetiva recolha de dados para a AI. Outra das dificuldades sentidas nas primeiras 4 sessões foi a disposição dos alunos no espaço em comparação com o meu posicionamento. Por vezes senti que o facto de estar num espaço exterior, levava com que os alunos acabassem por estar mais longe do meu campo de controlo, tendo de melhorar os meus deslocamentos durante as sessões. Para isso pude contar com os feedbacks do meu orientador e colegas de estágio que sem dúvida foram indispensáveis para a minha adaptação inicial. Outro instrumento indispensável nesta primeira etapa de formação foi a realização de planos de aula. Estes revelaram-se fundamentais, pois a falta de experiência aliada ao conjunto de variáveis que fazem parte de uma aula de Educação Física requeriam um adequado planeamento de cada sessão, de forma que as mesmas decorressem eficazmente, ou seja, promovendo aprendizagens significativas nos alunos. Assim, a elaboração dos planos de aula promoveu diversos momentos de reflexão, quer individuais, quer de grupo (núcleo de estágio). Estes momentos foram muito importantes, uma vez que me despertaram para pontos-chave associados à eficácia do processo de ensino aprendizagem, tais como: a organização das situações de



prática (número de alunos, rotações, utilização de variantes) e a definição de estratégias de lecionação.

Posto isto, a grande dificuldade sentida, e que, de certa forma, afetou a operacionalização deste planeamento, foi a avaliação do nível de desempenho dos alunos (recolha de dados; preenchimento das fichas de observação; decidir se o aluno cumpria ou não os critérios de êxito definidos para as situações de prática previstas no PAI - aferição de critérios). Esta dificuldade ficou a dever-se à falta de treino/experiência ao nível do processo de observação do desempenho dos alunos, o que afetou a minha tomada de decisão. Mais uma vez estas dificuldades foram sendo ultrapassadas através da discussão dos resultados recolhidos com o orientador e colegas do núcleo de estágio.

Estas discussões foram fundamentais, uma vez que me possibilitaram um aumento de confiança e segurança nas minhas capacidades para as próximas sessões.

No final do período de AI, dei início à construção do PAT, tendo como referência os dados recolhidos ao longo da AI, os compromissos dos Planos Plurianuais do GEF e as orientações metodológicas do PNEF para o 10ºano. Desta forma o PAT foi construído com o intuito de definir o percurso anual da turma do 10ºB, de forma a todos os alunos conseguissem atingir os objetivos dos Planos Plurianuais definidos para o 10º ano de escolaridade. No PAT, foram tomadas algumas decisões orientadoras do processo de ensino aprendizagem, tais como: definição dos grupos de nível e das matérias prioritárias (distribuição destas ao longo do ano letivo e o tempo dedicado a cada uma delas); identificação dos alunos críticos em cada uma das matérias; definição dos instrumentos a utilizar para avaliar a área dos Conhecimentos, estratégias gerais de ensino; decisões ao nível do processo de avaliação dos alunos (instrumentos e estratégias); planeamento do ano letivo por etapas e por último elaborar um prognóstico do nível de desempenho a atingir pelos alunos no final do ano letivo. Uma das maiores dificuldades iniciais na elaboração do PAT passou por elaborar um prognóstico do nível de desempenho dos alunos, derivada à falta de experiência de lecionação, tendo recorrido ao aconselhamento com o meu orientador e núcleo de estágio, sendo discutidos esses aspetos. Resolvida esta questão, a próxima etapa na elaboração do PAT foi a distribuição das matérias prioritárias ao longo do ano, tendo em conta as necessidades da turma. Para tal, optei por efetuar um planeamento por etapas seguindo as orientações do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), uma vez que me permitiria dividir as matérias/objetivos, por diferentes etapas, possibilitando a adaptação dos objetivos ao desempenho e necessidade de cada aluno de forma a alcançarem os objetivos prognosticados. Este

planeamento por etapas foi elaborado com base no diagnóstico e prognóstico o que deu origem a objetivos terminais. Segundo Jacinto et al. (2001):

“Numa primeira fase, o esboço do plano de turma deverá considerar a organização geral do ano letivo em etapas, ou seja, em períodos mais reduzidos de tempo que facilitem a orientação e regulação do processo de ensino-aprendizagem. Estas etapas devem assumir características diferentes, ao longo do ano letivo, consoante o percurso de aprendizagem dos alunos e as intenções do professor”

Jacinto et al. (2001, pp.30-31)

Ao longo de todo este processo senti alguma dificuldade inicial em realizar o planeamento/distribuição das matérias a lecionar. Em primeiro lugar devido à falta de experiência, quanto à elaboração deste tipo de documentos mas também com a necessidade de articular a distribuição das matérias prioritárias com o *roulemet* definido pelos GEF, tentando não desprezar nenhuma matéria.

Para a elaboração do plano de 2ª Etapa, recorri a dois documentos: PAT e balanço da 1ª Etapa tentando manter uma articulação entre os dois documentos. Na elaboração deste documento senti alguma dificuldade em apurar os objetivos intermédios para cada grupo de nível, uma vez que a minha falta de experiência, não me permitia ter a noção se estes seriam realistas e adequados ao tempo disponível e por outro lado não estava familiarizado com o ritmo de aprendizagem de cada aluno e as suas capacidades de trabalho.

Para os planos de 2ª, 3ª e 4ª etapa já procurei diferenciar os alunos na área das Atividades Físicas Desportivas (AFD). Esta diferenciação foi realizada através da definição de objetivos específicos para cada grupo de alunos (Grupos de nível). Gostaria de referir que este procedimento apenas foi possível de adotar graças a um conhecimento mais aprofundado da turma e das capacidades de cada aluno; dados recolhidos através da avaliação formativa, os quais permitiram efetuar uma maior diferenciação dos alunos em cada matéria.

Considero que consegui aplicar os planos elaborados inicialmente, tentando sempre que possível completá-los com informação pertinente de forma a facilitar a sua aplicação ao nível das sessões. Em relação aos planos de Unidade de Ensino (UE), os quais consegui operacionalizar e aperfeiçoar ao longo do processo de estágio, estes possuíam as características e objetivos para o conjunto de aulas, os objetivos a atingir com cada grupo de alunos em cada área de avaliação, os grupos de trabalho para as

matérias a abordar, estratégias e progressões pedagógicas e os procedimentos avaliativos. Considero que ao longo do processo de estágio, estes documentos (UE) sofreram algumas alterações, que se revelaram importantes para a articulação das várias decisões tomadas ao nível do planeamento, o que contribuiu para manter a coerência e atingir os objetivos e metas definidas no início do ano letivo, após a etapa de AI. Apesar disto considero que inicialmente tive dificuldades em selecionar objetivos realistas o que revela que terei sido um pouco ambicioso, tendo em conta o nível de aprendizagem dos alunos e o tempo disponível para abordar cada matéria. Um melhor conhecimento da turma e das capacidades de cada aluno, a melhoria da gestão do tempo de aula e das tarefas realizadas, foram fatores que me ajudaram a superar estas dificuldades. Outro fator importante na minha evolução ao nível do planeamento foi a introdução de progressões pedagógicas ao nível de cada UE. Isto facilitou ter ao meu dispor um conjunto de ferramentas de aprendizagem para usar com os alunos nas diferentes matérias. Para introduzir essas progressões, recorri sempre que possível aos meus orientadores, colegas de estágio e estudo autónomo, numa busca incessante de melhores formas de colmatar as dificuldades dos meus alunos. Caso esta competência seja desenvolvida, terei maior facilidade em aplicar situações de prática/progressões pedagógicas que visem resolver os problemas identificados no desempenho do aluno. A aquisição desta competência também será fundamental para enriquecer a qualidade (especificidade e pertinência) dos meus *feedbacks*, aproximando assim os alunos do sucesso. A ausência de uma formação contínua nesta área afetará a minha intervenção enquanto futuro professor de Educação Física.

Por ultimo, tendo em consideração uma hierarquia lógica ao nível dos documentos (PAT – Etapa - UE), procurei sempre garantir a coerência e articulação entre os diferentes níveis de planeamento, tendo sempre como suporte, na elaboração daqueles, os patamares superiores, procurando assegurar a progressão ao nível do processo de ensino aprendizagem.

## Avaliação

No que diz respeito aos critérios de avaliação da disciplina de Educação Física, considero que os mesmos, para além de estarem adequados à realidade da ESAA, também vão ao encontro das normas presentes no PNEF. Assim, considero que estas normas são fundamentais para que exista uma coerência e igualdade no trabalho desenvolvido na disciplina de Educação Física a nível nacional. É neste sentido que surgem as normas de referência para a definição do sucesso em Educação Física, as quais estabelecem o limite a partir do qual, em qualquer escola, se considera que o aluno deve ter êxito na disciplina (Programa Nacional de Educação Física, 2001).

Desta forma:

“A determinação da fronteira entre o aluno apto e não apto na Educação Física tem de assentar em pressupostos que conjuguem a grande diversidade de condições das escolas, as diferentes capacidades dos alunos e a própria filosofia do programa quanto à sua gestão e eventual diferenciação das matérias que compõem o currículo”

(Programa Nacional de Educação Física, 2001, p.37).

Como é possível verificar, o PNEF confere, às escolas, alguma autonomia de adaptação das suas normas de referência, o que é fundamental para que se chegue a um entendimento sobre a capacidade que os alunos apresentam para progredirem para um nível seguinte da sua escolaridade com garantias de sucesso (Programa Nacional de Educação Física, 2001).

“Igualmente fundamental e decisivo para esta nova possibilidade de apreciar as questões da avaliação é o facto dos Programas Nacionais de Educação Física assentarem numa proposta em que um dos seus pilares fundamental é exatamente a possibilidade de adaptação às situações concretas, quer humanas quer materiais, das diferentes escolas”.

Programa Nacional de Educação Física (2001, p.36)

O facto de nem todos os professores de Educação Física da escola utilizarem o PAI, leva a que as orientações não sejam iguais para todos eles. Este aspeto leva a que todos os professores de certa forma, sintam dificuldades, em realizar um trabalho em que

apontem todos para um determinado sentido/objetivo. Para além disto, os resultados obtidos durante a AI não são analisados em conferência curricular, tal como se encontra recomendado no Programa Nacional de Educação Física (2001), tornando-se mais difícil definir estratégias comuns ao nível do desenrolar da disciplina de EF ao nível do ano letivo. Como tal, considero que seria uma mais-valia a realização da referida conferência curricular, de forma que fosse possível debater estratégias de lecionação para cada área e aferir os critérios de avaliação comuns a todos os elementos do GEF.

A realização da AI teve como suporte o PAI utilizado pela GEF, sendo que este permitiu a recolha de dados que me auxiliaram no processo de construção do PAT. Desta forma, procedi à recolha de dados relativos a todas as áreas de extensão da disciplina, de forma a efetuar um planeamento fundamentado, coerente e adaptado às necessidades e prioridades da minha turma. De referir que, os dados relativos à Aptidão Física, não foram recolhidos durante o período de AI, uma vez que foi decidido em GEF que estes dados seriam recolhidos no primeiro momento da realização da bateria de testes do Fitnessgram.

Ainda em relação à AI, este processo permitiu-me que fundamentasse todas as decisões tomadas, nomeadamente, no que diz respeito à identificação de objetivos prioritários nas diferentes matérias, à diferenciação dos objetivos intermédios organizando grupos de nível, entre outros exemplos. Numa fase inicial, senti alguma dificuldade na definição de objetivos intermédios uma vez que a minha falta de experiência de lecionação não me permitia ter uma noção exata, se estes seriam adequados aos meus alunos, tendo em conta o seu ritmo próprio de aprendizagem e o tempo disponível para cada matéria. Esta foi uma dificuldade que foi sendo ultrapassada com o decorrer das sessões, muito graças à troca de experiências entre os orientadores e o núcleo de estágio, estudo autónomo das diferentes matérias e respetivos progressões pedagógicas e por último, à observação de aulas de outros professores do GEF. Apesar de ainda notar algumas limitações nas minhas capacidades de observação e respetiva tomada de decisão, considero que melhorei significativamente ao longo deste ano letivo.

Outra ferramenta essencial para melhorar o meu processo de observação dos alunos, foi o recurso a grelhas de observação, uma vez que estas me possibilitaram a recolha de vários dados sobre diferentes alunos, ficando com um registo da sua evolução ao longo do tempo, podendo através desta análise alterar sempre que necessário os objetivos traçados para os meus alunos. Considero que mesmo este processo de registo dos alunos através de grelhas de observação, foi sofrendo alterações ao longo do estágio, tendo evoluído de um registo preocupado de cada aluno durante a aula, para um

registo mais sumário de poucos alunos por sessão, sendo estes dados completados ao longo das restantes sessões de cada UE. Este facto juntamente com o aspeto determinante de efetuar esse registo, não durante, mas sim, após o final da aula, resultou na minha libertação para outras tarefas mais importante no decorrer das sessões, nomeadamente, o apoio aos grupos ou alunos individualmente o que se revelou determinante para a melhoria significativa da qualidade do meu feedback.

Segundo Varela de Freitas (1997), a avaliação formativa é conduzida durante a implementação de uma ação, durante o processo, com a finalidade única de prestar aos seus responsáveis as informações avaliativas relevantes, úteis para tentar melhorar a mesma ação enquanto esta decorre.

Ainda em relação à utilização das grelhas de observação, posso concluir que estas foram indispensáveis para a realização da Avaliação Formativa (AF). A importância da AF revelou-se a dois níveis: primeiro em relação às informações recolhidas sobre o desempenho dos alunos, o que se revelou determinante para manter ou alterar as decisões tomadas ao nível do planeamento, e em segundo aos benefícios de o professor poder fornecer, constantemente, informações relativas ao desempenho do próprio aluno, ganhando este, uma maior consciencialização para a realização das tarefas de aula, aspeto este determinante para uma maior motivação e melhoria do processo ensino aprendizagem, indo ao encontro de Fernandes (2007) quando refere que a investigação tem mostrado que a utilização sistemática e regular de práticas de avaliação formativa melhoram significativamente as aprendizagens das crianças e jovens e, como consequência a qualidade geral do sistema educativo. No entanto, este mesmo processo de AF foi alvo de uma evolução positiva ao longo do meu processo de estágio. Numa fase inicial, os dados recolhidos ao longo das sessões, foram apenas utilizados como forma de facilitar a avaliação sumativa dos alunos, uma vez que no final de cada UE teria na minha posse um conjunto de registos de cada aluno nas diferentes matérias. Nesta mesma fase, a AF passou por ser realizada apenas oralmente, sendo fornecida essa informação durante o decorrer das aulas (Feedbacks) e no final (balanços finais de cada sessão). Esta forma de realizar a AF embora tivesse algum teor formativo, acabava por ser uma informação um pouco generalizada, uma vez que não dava essa informação individualmente a cada aluno. Já durante o decorrer do 2º Período, optei, após uma análise ponderada, juntamente com o aconselhamento dos meus orientadores de estágio, por alterar a forma como transmitia essa informação aos meus alunos. Optei então, por continuar a realizar esse acompanhamento individual de cada aluno, tentando sempre que possível fornecer-lhe, durante e após a sessão, informações válidas sobre o

seu desempenho e respetiva evolução mas a grande diferença, passou pela introdução de fichas individuais de AF a que os alunos tinham acesso no final de cada matéria em cada EU, realizando ainda no final de cada etapa um balanço de todas as matérias abordadas. Através destas fichas individuais, considero que os alunos tiveram a oportunidade de ter acesso aos resultados de forma qualitativa, sobre o seu desempenho em cada matéria, ficando estes a par das suas maiores dificuldades e quais as estratégias para as superar de modo a alcançar no final do ano o nível prognosticado. Esta maior noção do seu verdadeiro desempenho, possibilitou um aumento significativo da motivação dos alunos, uma vez que agora, estes poderiam ficar mais focados nas tarefas e progressões que os ajudariam a alcançar melhores resultados na disciplina de EF. Um aspeto que considero importante referir, foi que o facto da minha turma se encontrar no 10º de escolaridade, sendo este o primeiro ano letivo (2012/2013) o primeiro em que a disciplina de EF deixou de contar para as médias finais de acesso ao Ensino Superior. Esta alteração, resultou, por parte de vários alunos, em uma desmotivação para as aulas de EF, uma vez que todo o esforço/sacrifício durante as aulas, sobretudo daqueles com menos gosto pela disciplina, já não seria tido em conta na sua média final. Logo, foi notório que a transmissão mais personalizada dos resultados da AF, para muitos desses alunos menos motivados, resultou num aumento significativo da sua motivação para as aulas, apresentando-lhes, mesmo sem resultados práticos na sua média final, um desafio a melhorarem os seus desempenhos, sentindo um apoio incondicional da minha parte para que estes pudessem de facto superar as suas dificuldades.

Embora este processo de AF, tenho sofrido grande evolução ao longo do estágio, considero que devo continuar a apostar em formas de melhorar esta ferramenta indispensável para o professor, como meio de registo cuidadoso da evolução dos seus alunos, assim como para os alunos, dando-lhes a informação necessária para serem peças ativas e responsáveis do seu próprio processo de ensino aprendizagem.

Ao longo dos três períodos, o processo de avaliação sumativa (AS) seguiu os critérios estipulados pelo GEF. Segundo Fernandes (2007), a avaliação sumativa, deve ser destinada à classificação e certificar os alunos, devendo ocorrer apenas para fazer balanços globais sobre o que os alunos sabem e são capazes de fazer. Após a recolha das informações respeitantes a todas as áreas de extensão da Educação Física, não apresentei grandes dificuldades em respeitar os critérios de avaliação definidos pelo GEF. Como tal, consegui efetuar a cotação de cada uma das áreas, atribuindo, posteriormente, a classificação final a cada aluno da turma. O processo de recolha de

dados, em relação à área AFD consistiu ao longo de todo o ano letivo, na junção de todos os registos ao longo de todas aulas (grelhas de observação), juntamente com os registos elaborados durante os momentos formais de AS de cada matéria. Em relação à área da Aptidão Física, os resultados individuais de cada aluno, foram registados em grelhas destinadas a essa função, sendo essa mesma informação posteriormente transferida para um programa desenvolvido pelo GEF, no formato Excel, que convertia automaticamente os resultados obtidos em valores de classificação de 1 a 20 valores. Por último a avaliação da área dos conhecimentos, foi alvo de diferentes ferramentas ao longo do ano, tendo sido realizados, trabalhos de grupo e as respetivas apresentações, pósteres e cartazes alusivos aos temas dos trabalhos de grupo e no último período um teste escrito incidindo sobre tudo o que tinha sido trabalhado/abordado ao longo do ano letivo.

Importa referir que, o GEF não utilizava na íntegra as normas de avaliação e sucesso em Educação Física presentes no PNEF, uma vez que para cada área (AFD, Aptidão Física e conhecimentos) era atribuído uma percentagem. Como forma de facilitar essa conversão, desenvolvi autonomamente uma folha de cálculo em Excel que me auxiliou no momento de atribuição final das cotações da minha turma. Essa folha de cálculo demonstrou ser bastante útil para mim e para os restantes membros do núcleo de estágio, facilitando assim o processo de conversão dos resultados, poupando-se bastante tempo.

Em suma, considero que ainda posso melhorar os meus processos de avaliação, quer AF, quer AS. Tenciono no futuro, recolher mais dados dos alunos, de modo a produzir uma melhor AF, possibilitando ainda mais a participação dos meus alunos no seu processo de aprendizagem, através de uma maior consciencialização dos seus objetivos, dificuldades e formas de as superar. Foi notória o aumento de motivação dos alunos após saberem quais os objetivos que tinham de alcançar, sendo imprescindível, iniciar esta AF logo após a AI. Em relação à AS, uma vez que me comprometo a melhorar todo o processo de AF, este com certeza trará os seus benefícios para uma AS com mais rigor, resultando na atribuição de uma nota que espelha de facto o desempenho de cada aluno.



## Condução do Ensino

Em relação à subárea de Condução do Ensino foi, ao longo do ano letivo, aquela onde foquei mais os meus esforços. Isto deveu-se muito ao facto de, num momento inicial, sentir a necessidade de ganhar rotinas e dinâmicas de trabalho, podendo assim organizar a turma, para, numa fase posterior, conseguir recolher todos os dados, que me auxiliassem na tomada de decisões, relacionadas com o sucesso do processo ensino aprendizagem.

Posto isto, no período de AI, apresentei algumas dificuldades, nomeadamente, na conciliação da recolha de dados válidos e pertinentes sobre o desempenho dos alunos, com o próprio processo organizativo e controlo da turma. De referir que este foi o primeiro momento em que alguma vez, conduzi, fora do processo de formação, uma aula de Educação Física, sendo de esperar que me faltassem rotinas de controlo de turma e das atividades. Essas dificuldades ao longo da AI foram desaparecendo, à medida que fui ganhando mais controlo sobre os alunos.

Após a elaboração do PAT, no qual incluí as principais decisões anuais (diagnósticos e prognósticos efetuados, características da turma, definição dos grupos de nível e das matérias prioritárias, alunos críticos, entre outros exemplos), consegui identificar as melhores estratégias de ensino a utilizar, com o intuito de promover aprendizagens significativas e duradoras. A partir deste momento, foi possível adquirir a capacidade de otimizar as potencialidades de cada situação de prática, principalmente no que diz respeito aos grupos de trabalho formados (grupos de nível) e à sequência com que as tarefas eram selecionadas (sempre com a preocupação de as organizar de uma forma crescente em termos de complexidade). Agora, com a minha atenção focada nestas questões, comecei a perder menos tempo em transições e a rentabilizar o tempo de aula, estando criadas as condições para elevar o tempo potencial de aprendizagem.

Uma maior eficácia ao nível do planeamento, organização, controlo de turma e instrução, contribuíram para que me pudesse focar agora nos desempenhos dos alunos. Desta forma, foi possível identificar mais facilmente quais as maiores dificuldades de cada aluno o que permitiu uma melhor definição das variantes de facilidade/dificuldade das tarefas. Para além disso, considero que o meu investimento no estudo autónomo das diferentes matérias, contribuiu para melhorar a minha observação/análise do desempenho da turma, o que resultou numa clara melhoria da minha intervenção (*Feedbacks*). Também a observação de outras aulas, dirigidas por outros professores do GEF, orientador e colegas de estágio e a respetiva partilha de experiência com todos

estes intervenientes, levou-me a alargar o meu conhecimento sobre diferentes estratégias de condução de ensino. Ao verificar a condução de aulas por parte de professores experientes, reparei que nem eles conseguiam controlar, totalmente, tudo o que se passava no espaço prático de aula, o que levou que a minha condução das aulas se tornasse um pouco mais “descontraída”, não tendo a pressão de querer controlar tudo e todos os alunos ao mesmo tempo. Com a adoção de novas estratégias, melhorei a minha capacidade de alterar ou reajustar as situações de prática consoante as necessidades dos alunos. Mesmo assim, considero que esta é uma competência que devo continuar a desenvolver no futuro para alcançar melhores resultados.

O facto de as estratégias de ensino a utilizar, estarem expressas nos planos de Etapa e de EU, também contribuíram para que o meu foco incidisse mais nas questões que poderiam ser críticas durante a aplicação das situações de prática, potenciando a minha capacidade reflexiva, sobre os objetivos que pretendia atingir com determinadas tarefas de aprendizagem.

No início do ano letivo optei por recorrer, principalmente, à utilização de dois estilos de ensino convergentes: comando e tarefa (Mosston & Ashworth, 1986). O estilo de ensino por comando, que se caracteriza pelo papel preponderante do professor na organização da turma de forma massiva (Mosston & Ashworth 1986), foi utilizado recorrentemente. A utilização deste estilo de ensino possibilitou-me ter um maior controlo, quer do próprio empenho dos alunos nas tarefas, quer da própria execução, o que facilitou a transmissão frequente de *feedback* prescritivo (principalmente à turma). Consoante a turma foi adquirindo rotinas de trabalho e aumentando os seus níveis de desempenho, o recurso ao estilo de ensino por tarefa (Mosston & Ashworth 1986) foi cada vez mais frequente, uma vez que este, para além de ter promovido uma maior autonomia dos alunos e, consequentemente, maior sentido de responsabilidade nas suas aprendizagens, permitiu-me focar mais em relação às preocupações com a organização, instrução e comando. Esta maior liberdade contribuiu para que as minhas atenções se centrassem mais nas aprendizagens dos alunos, o que facilitou e melhorou a realização de um acompanhamento individual (*feedback*) durante a execução das tarefas. Ao nível da área dos Conhecimentos, recorri à utilização dos seguintes estilos de ensino: descoberta guiada (ao longo de todo o ano letivo) e estudo autónomo (Trabalhos de grupo no 1º e 2º Períodos) (Mosston & Ashworth 1986). Desta forma, procurei que os alunos desenvolvessem competências relacionadas com o trabalho autónomo e colaborativo, de forma que conseguissem aplicar, nas tarefas realizadas, os conhecimentos adquiridos autonomamente nas sessões de Educação Física. Para o

desenvolvimento desta competência muito contribuiu o estudo autónomo de bibliografia relacionada com a temática dos estilos de ensino (Mosston & Ashworth 1986).

Desde o início do ano letivo que uma das minhas preocupações foi, garantir uma correta transmissão dos conteúdos e objetivos da aula. Considero que esta foi uma das competências que mais cedo adquiri, conseguindo desde cedo, sintetizar a informação, passando apenas a informação necessário e pertinente para uma correta percepção por parte dos alunos. Desta forma, tive o cuidado de efetuar os períodos de instrução mais longos no início ou no final das sessões, com a intenção de não condicionar o ritmo de trabalho dos alunos e o transferir dos conteúdos de exercício para exercício, potenciando assim uma maior dinâmica e fluidez ao processo de aprendizagem. Outra das ferramentas encontradas para melhorar o processo de instrução foi a utilização de meios auxiliares de ensino, tais como: Demonstração (quase sempre realizada por um aluno da turma, utilizando este como um agente ativo do processo de ensino aprendizagem), questionamento aos alunos e ainda a distribuição pelas diferentes estações presentes no espaço de prática de folhas com as tarefas e/ou com imagens ilustrativas do que se pretendia que fosse realizado (Ex: figuras da ginástica acrobática, diferentes elementos a realizar consoante o grupo de nível, entre outros) (Siedentop, 1991).

Em relação à atividade de “Professor a Tempo inteiro”, esta revelou-se bastante enriquecedora, pois tive a possibilidade de assumir um horário completo, tendo de lecionar a turmas bem diferentes da minha. Ao mesmo tempo, deu-me a possibilidade de contactar com outras formas de organização e condução do ensino, uma vez que cada turma estava habituada a diferentes rotinas de aula implementadas pelos seus professores titulares. A convivência com outras turmas, as quais apresentam características (número de alunos, perfil comportamental, motivação para a prática, assiduidade, nível de desempenho) completamente diferentes da classe pela qual fiquei responsável, revelou ser um aspeto bastante positivo desta atividade. Estes aspetos levaram-me a ter que alterar consoante a turma as minhas aulas (estilos de ensino a utilizar e nível dos conteúdos a abordar). Esta atividade, revelou-se importante na minha formação sobretudo pelo contacto com alunos de diferentes idades, nomeadamente, alunos do 2º e 3º de escolaridade. A lecionação das aulas ao 2º e 3º ciclo foram importantes, uma vez que tornou a experiência de estágio muito mais abrangente e realista, uma vez que um professor com horário completo, costuma ter sempre turmas de diferentes ciclos de escolaridade, tendo também ele, de encontrar diferentes estratégias para os diferentes anos de escolaridade.

Quanto à atividade de lecionação de duas sessões de Educação e Expressão Físico-Motora a duas turmas do 1º ciclo de escolaridade, considero ter sido bastante importante, uma vez que, a lecionação a turmas do 1º ciclo, se adivinha como uma das principais saídas profissionais, após finalizado o processo de formação. Esta atividade possibilitou o contacto com alunos bastante diferentes daqueles com quem convivi durante todo o processo de estágio. Esta oportunidade, levou-me a ter de adaptar todas as minhas rotinas de lecionação, de forma a poder adapta-las a um grupo de alunos bastante mais novos. Para lecionar estas aulas, optei por usar um sistema que me facilitasse a organização dos alunos. Este funcionava através de um sinal sonoro (apito) e respetivo gesto com as mãos. No início foi explicado através de um jogo didático que, caso eu apitasse e colocasse ambas as mãos abertas no alto, eles teriam de ficar parados e em silêncio no sítio onde estavam, caso colocasse um punho fechado no alto, eles teriam de ordeiramente, se deslocar até perto de mim e sentar-se no chão. A utilização de um jogo lúdico para introduzir estas regras demonstrou ser um sucesso, o que resultou que após 3 ou 4 repetições, todos os alunos tinham percebido os sinais.

Ao longo de todas as sessões, utilizei sempre esta estratégia, tendo resultado sempre, num maior controlo dos alunos, sendo muito mais fácil organiza-los para introduzir as novas tarefas. Em relação aos conteúdos, optei por realizar jogos lúdico-motores com os alunos do 1º e 2º ano de escolaridade e jogos pré-desportivos com as turmas do 3º e 4º ano, seguindo as orientações programáticas para a Atividade Física e Desportiva no 1º ciclo do Ensino Básico (Maria & Nunes, 2006).

De realçar a sensação de gratificação com que terminei esta atividade, uma vez que recebi, quer das professoras responsáveis pelas duas turmas que lecionei, quer por parte dos alunos, um feedback muito positivo pelo trabalho desenvolvido durante essas sessões. Levo desta atividade, uma pequena amostra de como as crianças do 1º ciclo do Ensino Básico se comportam, tendo eu conseguido aplicar instrumentos que me serão uteis num futuro próximo. Tenciono, continuar a aprofundar o meu conhecimento sobre conteúdos a abordar com alunos destas idades, nomeadamente, jogos lúdicos e exercícios que lhe possibilitem adquirir uma maior coordenação e conhecimento do seu corpo.

Em relação ao projeto de observação interpares, tanto eu como os restante colegas do núcleo de estágio, cumprimos o estipulado (observação e discussão de um mínimo de 6 aulas do orientador e 10 aulas dos colegas de estágio), tendo eu ainda estado presente em quase todas as sessões dos meus colegas de estágio, havendo sempre que possível, uma ligeira discussão sobre o desenrolar da sessão, havendo troca de ideias e ajuda

para superar algumas dificuldades. No entanto, essa observação não resultou na elaboração de um projeto final. O descurar desta atividade condicionou a consecução do seu principal objetivo, isto é, responder às necessidades mais veementes do professor estagiário.

Um dos pontos onde me foquei muito a minha atenção durante o processo de estágio foi o meu *feedback*. Existem diversos tipos de *feedback*, consoante o seu objetivo (avaliativo, prescritivo, descritivo, interrogativo), forma (auditivo, visual, quinestésico, misto), direção (aluno, grupo, classe) e afetividade dos mesmos (positivo, negativo) (Sarmiento et al., 1998).

A principal função do *feedback* é a de permitir ao executante avaliar a resposta dada, criando uma estrutura de referência, de forma a que o aluno possa detetar erros e tentar corrigi-los (McGown, 1991). Além de informação, o *feedback* pode ter a função motivadora e de reforço, para a execução de uma tarefa ou habilidade.

Considero que ao longo do processo de estágio, fui melhorando a minha intervenção nas aulas, o que se traduziu num aumento da taxa de *feedbacks* fornecidos. Assim, ao longo do ano, foquei a minha atenção para que os meus *feedbacks*, ao invés de se focarem apenas em apreciação qualitativa, tivessem também um caráter mais formativo (Onofre, 1995), tentando fornecer sempre que pertinente e necessário, um *feedback*, mais prescritivo e descritivo, de modo a auxiliar os meus alunos a superar as suas dificuldades. Outro tipo de *feedback* utilizado (a partir do segundo período letivo) foi o interrogativo, de modo a promover uma reflexão por parte do aluno no que diz respeito à sua prática. O desenvolvimento da qualidade do *feedback* apresenta uma relação direta com o aumento do meu conhecimento pedagógico-didático do conteúdo, o que se refletiu na seleção de situações de prática mais adequadas às reais necessidades dos alunos. A este nível, a observação das aulas do professor orientador, dos professores do GEF e dos colegas de estágio, a partilha de conhecimentos no seio do núcleo e o estudo autónomo revelaram-se estratégias fundamentais. Embora considere que esta capacidade, foi melhorando ao longo do ano letivo, tenho noção que, esta é uma área onde devo continuar a apostar, para que os meus *feedbacks*, sejam cada vez mais incisivos, contribuindo assim para o meu desempenho como professor de Educação Física.

Como conclusão, encaro a condução do ensino, como o culminar da articulação entre as três subáreas que integram a Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem – Área 1. Considero que, esta subárea é o produto de todo o planeamento e avaliação feita pelo professor ao nível do processo de ensino aprendizagem. Logo,

penso que o trabalho desenvolvido ao nível do Planeamento e da Avaliação enriqueceram a minha condução das aulas, dando-me a noção de quais os objetivos a alcançar e qual a melhor forma de os concretizar em cada Etapa, UE e sessão. Apesar de todos os percalços e dificuldades sentidas, considero que fui capaz de orientar, de uma forma coerente e eficaz, o trabalho com a minha turma. Penso que as atividades e estratégias encontradas ao longo do ano contribuíram para uma evolução positiva ao nível de todas as dimensões de ensino. Consoante fui realizando tais atividades e implementando diferentes estratégias, senti que evolui ao nível da organização, controlo e condução da sessão, melhorando a minha instrução e qualidade dos *feedbacks* fornecidos, contribuindo para promover um processo de ensino aprendizagem de qualidade.

Termino o estágio, como um futuro professor mais ciente da importância que cada tarefa de planeamento, avaliação e condução tem no desenrolar de todo o ano letivo ao nível do processo de ensino aprendizagem.

## **Investigação e Inovação Pedagógica – Área 2**

No âmbito da área 2, Investigação e Inovação Pedagógica, o Guia de Estágio (2012) refere que deve ser realizado na escola um estudo de investigação, seja este sob a forma de análise documental, de estudo de caso ou de estudo experimental. De acordo com este mesmo documento orientador, este estudo deverá ser elaborado em articulação com a disciplina de Investigação Educacional, lecionada durante o 1º semestre do ano letivo de 2012/2013. Dando resposta aos objetivos da área de Investigação e Inovação Pedagógica, procurámos, como núcleo de estágio, identificar e caraterizar algum problema a nível da ESAA ou mais especificamente ao nível do grupo de Educação Física (GEF), de modo a podermos prestar o nosso contributo para, se possível, melhorar os serviços prestados a nível escolar.

Assim sendo, e numa fase inicial, pensámos em cingir o problema de estudo ao GEF, principalmente porque, numa fase inicial do estágio, tivemos um forte contato com este grupo. Grupo este a quem realizamos um questionamento de forma que nos deparássemos com algumas questões para as quais pudéssemos procurar uma solução. O GEF acabou por nos encaminhar para a falta de atividade física dos alunos. Juntamente com o questionamento do GEF, após uma leitura exaustiva do Projeto Educativo de Escola (PEE), verifica-mos que o mesmo tem como um dos seus objetivos prioritários a realização e incentivo a projetos, focalizados, maioritariamente, na área da Educação para a Saúde.

A junção desta necessidade demonstrada pela escola à nossa observação anterior dos alunos com que lidamos diariamente, fez-nos perceber que existe um conjunto de situações relacionadas com esta área que se apresentam frágeis.

No entanto esta área apresenta uma margem de trabalho e desenvolvimento enorme, logo importava cingir o problema a uma questão em particular.

Na primeira sessão da disciplina de Educação Física, foi entregue um pequeno questionário para os alunos responderem. Este questionário tinha como função, passar aos professores, uma ideia geral sobre os hábitos e rotinas dos seus alunos perante a atividade física e o Desporto.

A quando da análise das respostas aos inquéritos, descobrimos que a grande maioria dos alunos afirmava não praticar qualquer tipo de atividade física dentro ou fora do espaço escolar além da EF. No entanto, muitos deles responderam à questão “Gostarias de participar no Desporto escolar este ano? Em que modalidade?” que de facto estavam interessados em participar nessas sessões, embora muitos deles

selecionassem modalidades comuns do Desporto Escolar em outras escolas, tais como (Futsal, Basquetebol, Voleibol...etc.) que não existem na escola ou não há para o seu género. Ex: O Futsal e o Voleibol apenas apresentam um núcleo feminino cada.

A situação anterior, juntamente com as respostas dadas pelo GEF ao questionamento inicial, levou-nos a refletir sobre a existência ou não de uma possível relação entre o défice da atividade física dos alunos da ESAA e a pouca oferta de prática de atividade física (Ex: Desporto Escolar) da escola.

Importa referir que o estudo deste tema foi apoiado pelos vários professores do GEF em reunião de departamento, sendo que todos eles disponibilizaram-se para participar na amostra da investigação.

Definido o tema da investigação, e tendo o aval do GEF, procurámos argumentar a pertinência contextual do problema, tendo em consideração as características específicas do estabelecimento de ensino onde realizámos o nosso estágio pedagógico. Para além disto, procedemos à elaboração da revisão de literatura, no sentido de: fundamentar a nossa investigação com estudos já realizados; compreender a melhor forma de identificar e intervir sobre esta temática; formular, numa fase posterior, as devidas conclusões. Para isto, revelou-se bastante importante o apoio da disciplina de Investigação Educacional, uma vez que o professor auxiliou-nos a realizar a nossa pesquisa bibliográfica.

A Carta Europeia de luta contra a obesidade (2006) alerta-nos que a obesidade representa um dos mais graves desafios para a saúde pública na Europa, pois a sua prevalência aumentou para o triplo nos últimos vinte anos, e relativamente à taxa de obesidade infantil esta tem aumentado gradualmente e é atualmente dez vezes mais alta do que em 1970. Na Europa, metade da população adulta e 1/5 das crianças sofrem de peso excessivo e 1/3 já podem ser considerados obesos. Julgamos ser crucial encontrar soluções para o problema do excesso de peso e da obesidade, revelando-se um processo importante relativamente à saúde pública, pois a longo prazo contribuirá para a redução dos custos para com os serviços de saúde, dado que estes representam cerca de 7% dos custos com os cuidados de saúde, tendo esta percentagem uma tendência para aumentar.(Carta Europeia de luta contra a obesidade ,2006)

No início do século XXI, verificou-se uma grande redução de AF na vida das pessoas, a vida facilitada levou a que as pessoas começassem a ignorar o quão essencial é a prática regular de AF para a sua saúde e bem-estar (Pate et al., 2006). A juntar a este facto, verifica-se a abundância de comida e o fácil acesso à mesma por parte da maioria dos países desenvolvidos o que resultou num aumento de peso da



população levando a que estes países estejam atualmente a viver um aumento preocupante da obesidade e doenças relacionadas (Pate et al., 2006)

Assim, à medida que avançamos no séc. XXI as tendências alarmantes da saúde estão a surgir, sugerindo que as escolas precisam de renovar e expandir o seu papel na prestação e promoção da AF para os jovens (Pate et al., 2006).

Para um número cada vez maior de crianças, as aulas de EF são as únicas oportunidades de participar em AF (WHO, 1998) moderada ou intensa num ambiente controlado e estruturado. Uma vez que todas as crianças nos países industrializados frequentam a escola, um programa de EF de qualidade tem o potencial de chegar à maioria das crianças, incentivando-as para hábitos de vida mais saudáveis (Trudeau & Shephard, 2005).

Em relação ao DE, de acordo com o Dec. Lei nº 95/91 de 26 de Fevereiro entende-se por um conjunto das práticas lúdico-desportivas e de formação com objeto desportivo, desenvolvidas como complemento curricular e ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escolha, integradas no plano de atividades da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo, tal como refere (Mota, 2003) segundo o qual a escola se deve apresentar como um “centro do desenvolvimento da prática desportiva e educativa, que deve assumir o DE como um elemento fundamental do seu Projeto Educativo.” (p. 1) Este deve ser exequível em consonância com a EF escolar, de acordo com o que é mencionado no enquadramento geral, do Programa do Desporto Escolar (2009), segundo o qual, este “pressupõe que o projeto do DE seja transversal (interdisciplinar) e operacionalizado em total complementaridade com o trabalho efetuado na disciplina curricular de EF e em articulação com os respetivos docentes” (p. 4).

Segundo o Programa do Desporto Escolar (2009) a missão do DE consiste em contribuir para o combate ao insucesso e abandono escolar e promover a inclusão, a aquisição de hábitos de vida saudável e a formação integral dos jovens em idade escolar, através da prática de atividades físicas e desportivas, sendo que cada escola tem a obrigatoriedade de garantir a oferta de atividades do DE aos seus alunos, proporcionando-lhes oportunidades de prática desportiva regular, indo ao encontro do que afirma, (Mota, 2003, pp. 2) quando diz que “a prática do DE deve transportar em si mesma um conjunto de valores de carácter educativo e formativo [...] o seu verdadeiro papel educativo e formativo deve ser consonante com o importante princípio pedagógico e social da igualdade de oportunidades.” O acesso à prática de atividade física no seio da escola, por intermédio da EF e do DE, revela-se um marco ainda mais significativo na

formação educativa do aluno, pois permite-lhe recolher atitudes, valores e conhecimentos úteis para o resto da sua vida. Quando a complementaridade e interdependência entre a EF e o DE é conseguida, possibilita que o jovem usufrua de uma maior qualidade educativa no seio das atividades físicas e desportivas.

Posto isto, a pergunta de partida não sofreu muitas alterações ao longo do processo de estágio pedagógico, pelo que culminou, após a produção da revisão de literatura, na formulação da seguinte questão: “Qual a relação entre o défice de atividade física dos alunos e a oferta para a prática de atividade física por parte da escola?”

Com a realização deste projeto de investigação, procurou-se dar resposta às seguintes questões:

- Quais os fatores decisivos para a criação de um determinado núcleo de Desporto Escolar?
- Será que a oferta presente na escola corresponde aos interesses dos alunos?
- Quais os interesses dos alunos?
- O que se pode ser melhorado para aumentar a prática de atividade física dos alunos?

Considerámos que a nossa intervenção sobre esta problemática, de forma a dar resposta às necessidades dos alunos, poderia contribuir para uma melhoria da oferta a nível de atividade física dentro do recinto escolar, transparecendo para as entidades superiores da escola a ideia de que a escola possui de facto um papel muito importante e ativo na luta contra o sedentarismo.

Posto isto, apresentamos as seguintes hipóteses no nosso estudo:

- Hipótese 1 – Existe relação entre a oferta presente na escola e o défice de atividade física dos alunos;
- Hipótese 2 – A oferta presente na escola não corresponde ao interesse dos alunos.

Em relação ao universo da amostra do estudo, contámos com a participação no estudo de 211 alunos, sendo 115 rapazes e 96 raparigas, correspondendo esta amostra a 20% da população total da escola tendo sido a estratificação realizada tendo em conta as variáveis de género e ciclo.

Quanto à recolha de dados, recorremos à técnica de inquirição por questionário, uma vez que pretendíamos recolher um grande volume de informação ao nível de toda a população estudantil. O questionário para os alunos foi composto por quinze perguntas,

sendo treze de resposta rápida, onde o aluno seleciona uma das opções, e duas de resposta aberta. O questionário iniciava com a identificação do género e ano de escolaridade, de seguida era perguntado aos alunos se praticam algum tipo de atividade física fora do contexto escolar. Caso os alunos respondessem afirmativamente à questão anterior, era-lhes pedido que indicassem a atividade que praticavam, o sítio de prática, quantas vezes por semana, quanto tempo e o motivo porque a praticavam. Caso o aluno respondesse negativamente era-lhe perguntado se estaria interessado em praticar algum tipo de atividade física. Na segunda parte do questionário foi-lhes perguntado se o aluno estaria interessado em participar no Desporto Escolar. Se o aluno respondesse afirmativamente à questão anterior era-lhe pedido que indicasse a(s) modalidade(s) do Desporto Escolar que gostaria de praticar. Se o aluno respondesse negativamente, era-lhe pedido que indicasse qual o motivo para não querer/puder participar no Desporto Escolar. Nas últimas duas perguntas do questionário, era pedido aos alunos que indicassem se a oferta de Desporto Escolar da Escola era suficiente ou não e por último era pedido aos alunos que indicassem algumas sugestões que considerassem importantes para permitir aumentar a prática de atividade física na escola.

Estes questionários foram distribuídos por todos os professores de Educação Física da escola, de modo a facilitar o acesso aos alunos, pois no espaço de uma semana todas as turmas teriam pelo menos uma aula de educação física.

Após o preenchimento dos questionários por todas as turmas, esses dados foram tratados estatisticamente, recorrendo ao programa informático SPSS 19, tendo como variáveis:

- Independentes - género e o ciclo de escolaridade;
- Dependentes - prática de atividade física, interesse em participar no Desporto escolar, modalidades do Desporto Escolar, motivo para a não participação no Desporto Escolar; oferta Desportiva da escola e sugestões para o aumento da atividade física dos alunos.

Foi utilizado o Qui quadrado para relacionar os valores de todas as variáveis de modo a descobrir se existiam diferenças significativas entre elas. Por último para descobrir se existia de facto ou não relação entre os valores de atividade física dos alunos e a oferta por parte da escola, recorremos a uma correlação de Pearson entre as variáveis, “Gostarias de participar no Desporto Escolar”, “As modalidades não são as que gosto/não existem” e “As modalidades não existem para o meu escalão” tendo-se verificado os seguintes resultados:

- “Gostarias de participar no desporto Escolar e as modalidades não são as que gosto/não existem, com o valor  $r = (0,662)$ ;  $P = (0,05)$ ”
- Gostarias de participar no Desporto Escolar e as modalidades não existem para o meu escalão, com o valor  $r = (0,788)$ ;  $P = (0,38)$ ”

(Anexo 16) Projeto de Investigação Área 2

Tendo como fundamentação os resultados estatísticos, podemos afirmar que existe uma relação entre a oferta de atividade física da escola (Desporto Escolar) e o défice de atividade física dos alunos.

Os resultados deste estudo levam de facto a crer que existe um problema de sedentarismo nos alunos da ESAA, havendo mais de 50% alunos de ambos os géneros sem praticar qualquer tipo de atividade física.

Foi também possível apurar que mais de 50% dos alunos que responderam não praticar qualquer tipo de atividade física fora da escola, gostariam de participar no Desporto Escolar. Essa participação poderia fazer toda a diferença na percentagem de alunos que pratica atividade física, mas mesmo com tantos interessados, surge a questão de o que levará muitos deles, a continuarem sem participar?

Analisando os dados do estudo chegamos à conclusão que um desses fatores é as modalidades do Desporto Escolar não corresponderem na totalidade aos interesses dos alunos, podendo dar o exemplo da modalidade do Desporto Escolar mais requisitada, o Futsal masculino, apresentando interesse por parte de (60,3% dos rapazes), núcleo este que não existe na ESAA. O mesmo se pode dizer do Basquetebol, que obteve algum interesse por parte de ambos os géneros mas que também não existe. Segundo as respostas dos alunos (Anexo 16) outro fator que se revelou bastante esclarecedor, é a incompatibilidade dos horários das aulas com as horas dos treinos do Desporto Escolar, sendo este o motivo de 36,6% dos alunos não participar no Desporto Escolar. Ao contrário de outras escolas onde o horário do Desporto Escolar é no início da manhã ou ao final do dia, na ESAA o facto de o Desporto Escolar estar limitado ao horário do almoço, impede muitos alunos de participarem nos treinos.

Estes fatores são elucidativos uma vez que as sugestões por parte dos alunos com maior incidência foram respetivamente para a criação de horários mais compatíveis e criação de novos núcleos de Desporto Escolar.

Em forma de conclusão podemos afirmar que a Hipótese 1 – Existe relação entre a oferta presente na escola e o défice de atividade física dos alunos; se verifica, devido aos fatores referidos anteriormente

Quanto à Hipótese 2 – A oferta presente na escola não corresponde ao interesse dos alunos, esta verifica-se parcialmente, pois existe o exemplo do Futsal masculino e do Basquetebol, sendo estas duas modalidades bastante requisitadas mas que não existem atualmente, mas por outro lado, temos os exemplos dos núcleos de Voleibol Feminino e de Andebol que se apresentam perfeitamente enquadrados com os real interesse demonstrado pelos alunos.

Como forma de conclusão apontamos como sugestões, o uso dos dados deste estudo, para a possibilidade de criação de novos núcleos de Desporto Escolar, o que possibilitaria, uma vez que não foi feito o levantamento dos interesses dos alunos no presente ano letivo, uma maior compatibilidade entre o que os alunos gostariam de praticar e o núcleos de Desporto Escolar que poderão ser criados. Sugerimos também o uso deste estudo como argumento para uma possível sensibilização das entidades reguladoras da escola ESAA, para a contribuição no combate ao sedentarismo através de uma maior compatibilidade de horários de alunos e professores para a realização dos treinos do Desporto Escolar.

Tal como preconiza o Guia de Estágio (2012), realizou-se uma sessão de apresentação do estudo, com o intuito de partilhar com os professores de Educação Física o projeto de investigação que foi desenvolvido ao longo do ano letivo. Nesta sessão de apresentação, procurámos partilhar com o GEF não só a pertinência, os objetivos e a metodologia do estudo, mas também os resultados e conclusões da investigação, tendo este estudo sido considerado posteriormente por todos os elementos do GEF presentes, como uma mais-valia para o trabalho a desenvolver pelo grupo.

O trabalho realizado nesta área de intervenção contribuiu para o desenvolvimento de competências relacionadas com a análise e tratamento estatístico de dados (através da utilização do programa *SPSS*), competências essas que me serão uteis durante a minha futura vida profissional, estando a partir de agora, capaz de realizar a análise e respetivo tratamento de dados em futuros trabalhos de investigação. Para além disto, e através da aplicação de determinados procedimentos científicos, foram desenvolvidas capacidades relacionadas com a elaboração de artigos de cariz científico.

Durante todo o processo de elaboração do estudo, senti o apoio dos professores do GEF, uma vez que o trabalho foi desenvolvido com a colaboração e o intuito de encontrar soluções para um problema como que estes lidam diariamente, mais exatamente, o sedentarismo dos seus alunos.

Com o desenvolvimento deste trabalho, consegui perceber o quão importante é o papel da escola, como instituição e como local de criação de hábitos saudáveis. Através

de todo este processo de investigação, aprendi como funciona a organização do DE na ESAA e quais implicações diretas ou indiretas, que as decisões tomadas, nomeadamente ao nível da criação de núcleo DE, podem trazer ao alunos. Os resultados aqui demonstrados serão alvo da minha atenção na minha vida futura como docente, uma vez que percebi como é importante a criação de núcleos de DE ,que de facto, vão ao encontro dos interesses da maioria dos alunos, contribuindo nós, docentes responsáveis pelo DE, como um fator decisivo para que os nossos alunos não deixem de praticar AF, zelando desta forma, para uma população futura cada vez mais saudável e ativa.

## **Participação na Escola – Área 3**

Esta área de formação relativa à participação na escola pretende remeter o meu desenvolvimento de competências em dois âmbitos de intervenção junto da população escolar. Esta área revelou-se bastante importante uma vez que me possibilitou perceber as outras funções que os docentes poderão realizar fora do contexto de sala de aula. A primeira competência a desenvolver remete à coadjuvação do planeamento, condução e avaliação de uma AF alternativa de complemento curricular de carácter sistemático (DE). A segunda competência diz respeito à elaboração de uma Ação de Intervenção adaptada às características e às necessidades específicas da escola.

### **Desporto Escolar**

No âmbito da Área 3, Participação na Escola, um dos objetivos do Estágio Pedagógico centra-se na coadjuvação do planeamento, avaliação e condução da atividade de um núcleo de DE ou de uma atividade física alternativa de carácter sistemático (ocorrência semanal ao longo do ano) (Guia de Estágio, 2012).

“O Desporto Escolar é uma área transversal da Educação com impacto em diversas áreas sociais. É um instrumento essencial na promoção da saúde, na inclusão e integração social, na promoção do desporto e no combate ao insucesso e abandono escolar”.

Programa do Desporto Escolar (2009, p.3)

O DE na ESAA faz parte da realidade escolar já à muitos anos, tendo apresentado neste ano letivo cinco núcleos: dois de Andebol masculino para infantis B e iniciados e ainda para Juvenis. Um núcleo de Badminton, Futsal feminino e Voleibol feminino.

Cada um dos núcleos com atividade externa teve um professor de Educação Física como responsável, pelo que, no início do ano letivo, foi-nos permitido optar por coadjuvar um desses grupos, tendo em consideração as nossas necessidades de formação, o contexto de cada núcleo e o horário dos treinos, tendo eu optado pelo núcleo de Voleibol feminino, modalidade esta pela qual tenho bastante interesse. Desta forma, e através da coadjuvação do planeamento, condução e avaliação desta atividade, procurei enriquecer o meu conhecimento respeitante a esta modalidade coletiva. Este núcleo era lecionado

pela professora Débora Sequeira, sendo que, as alunas que o compõem pertencem ao escalão de Juvenis. Importa referir que este núcleo já existia no ano letivo anterior, sendo algumas das participante já repetentes nesta equipa.

Para a divulgação do Desporto Escolar foi realizado, no início do ano letivo, cartazes promovendo a participação dos alunos interessados, indicando os dias e o horário a que se realizavam os treinos. O resultado desta divulgação foi bastante positivo tendo sido inscritas 16 alunas, apresentando níveis de aptidão e desenvolvimento na modalidade totalmente diferentes, tornando a minha tarefa mais exigente e aliciante.

Os níveis de participação e assiduidade, superaram as minhas expetativas, conseguindo durante todo o ano ter na maioria dos treinos todas as inscritas, o que possibilitou quase sempre a realização de jogo em situação formal (6x6), tendo este facto sido decisivo na evolução das participantes e desempenho nas competições de quadro externo.

O clima de treino revelou ser uma mais-valia motivacional que com o tempo resultou na adição de mais participantes ao núcleo de DE, que por afinidade se juntaram aos treinos, tornando este núcleo num conjunto de pessoas interligadas com os objetivos de aprender, evoluir e de se divertirem durante a prática desportiva.

Este grupo de alunas, revelou no final do ano uma evolução que superou em tudo as minhas expectativas, conseguindo ser superados todos objetivos traçados a nível de conteúdos a lecionar. Importa referir que este mesmo núcleo no ano letivo anterior, não tinha vencido um único jogo nas competições em que participou, tendo este ano terminado a fase de grupos em 3º lugar, resultando num momento de êxtase e recompensa por todo o trabalho e dedicação demonstrado por este núcleo de DE.

Com o acompanhamento deste núcleo de DE, tentei desenvolver as competências presentes no guia de estágio:

- “Participa ativamente na coadjuvação do planeamento e avaliação da atividade de um núcleo de Desporto Escolar ou de uma atividade física alternativa de carácter sistemático (ocorrência semanal ao longo do ano).
- Participa ativamente na coadjuvação da condução da atividade de um núcleo de Desporto Escolar ou de uma atividade física alternativa de carácter sistemático (ocorrência semanal ao longo do ano).”

Guia de Estágio (2012, pp. 14-15)

Para além das competências ao nível do Guia de Estágio, também pretendi atingir alguns objetivos pessoais, tais como: Aprofundar o meu conhecimento sobre a



modalidade de Voleibol; conhecer todas as regras da modalidade; aumentar o repertório de exercícios específicos que possa utilizar nas minhas aulas; conhecer o regulamento e funcionamento do Desporto Escolar; estar presente nas competições; perceber a dinâmica e o papel do professor nos torneios de Voleibol; cooperar e coadjuvar a professora Débora Sequeira na condução dos treinos e criar um bom clima de treinos e torneios para os alunos participantes.

Refletindo sobre a escolha deste núcleo de DE, considero que foi a melhor opção para a minha formação pessoal e profissional, como futuro professor de Educação Física e possível responsável por um grupo-equipa. Assim, a experiência vivida e o conhecimento assimilado foram decisivos para a minha formação e desenvolvimento profissional, sendo que considero ter adquirido competências para lecionar autonomamente esta modalidade. Apesar disto, considero que ainda tenho uma grande margem de progressão, sendo que, através de um investimento em auto formação, possa aprofundar um maior conjunto de conhecimentos que serão essenciais para o meu futuro enquanto profissional da Educação Física. Mesmo assim, a lecionação deste núcleo de DE, teve um transpore positivo nas minhas aulas de Educação física, uma vez que passei a dominar/conhecer, de forma mais aprofundada, os conteúdos da matéria de Voleibol. Este maior domínio /conhecimento refletiu-se positivamente ao nível da minha condução do ensino desta matéria, podendo consoante as necessidades de cada alunos, optar por melhores exercícios e situações de aprendizagem, assim como fornecer um feedback mais específico e pertinente, por conseguir detetar mais facilmente quais os erros ou dificuldades de cada aluno em concreto.

No que concerne ao planeamento, foi elaborado um documento anual (Projeto de desporto escolar de Voleibol). Este documento foi construído durante os meses de Outubro e Novembro. No fundo, este é um documento estruturante das atividades a desenvolver ao longo do ano letivo com os núcleos desta modalidade, incluindo, entre outras coisas, as seguintes informações: objetivos do DE; objetivos pessoais; estrutura do DE na ESAA; caracterização do núcleo; divulgação do núcleo e captação dos alunos; estratégias de formação para os alunos; planeamento anual da atividade e calendarização das atividades a realizar.

No que diz respeito ao processo avaliativo dos alunos, foi feita uma pequena avaliação inicial. Porém, este processo avaliativo não foi realizado com referência aos níveis de especificação do Programa Nacional de Educação Física (PNEF) para a matéria de Voleibol, procurando-se, fundamentalmente, organizar os alunos em grupos de nível, facilitando, assim, a orientação do trabalho a realizar durante os treinos.

Ao longo do ano, tentei enriquecer o meu conhecimento técnico/tático sobre a modalidade, tendo para isso, realizado um estudo autónomo, pesquisando bibliografia própria da modalidade (Gonçalves, 2009), visualizado vídeos de treinos da modalidade, trocado opiniões e ideias com outros professores e praticantes da modalidade.

Considero que numa fase inicial (1ª etapa de formação), apresentei algumas dificuldades ao nível da condução dos treinos de Voleibol, ao nível do acompanhamento e fornecimento de *feedback* específico e pertinente. No entanto, com o acumular de sessões, juntamente com o meu trabalho de pesquisa e troca de ideias com professores mais experientes do GEF, fui conseguindo, ao longo do ano, ter um papel cada vez mais interventivo, tendo ficado, por sugestão da própria professora responsável pelo núcleo de DE de Voleibol feminino, responsável pela condução dos treinos autonomamente. Não obstante, considero que ainda tenho muito para evoluir ao nível do processo de condução da atividade, procurando mais exercícios específicos da modalidade, adequados as dificuldades de cada aluno, conseguindo desta forma enriquecer mais os meus conhecimentos sobre a modalidade e o seu treino específico.

Em relação à participação nas atividades/torneios desportivos realizados pelos GEF, previstos no PAA do mesmo, considero terem sido uma mais-valia para a minha formação como futuro profissional de Educação Física, uma vez que tive a oportunidade de estar envolvido na organização de todas estas atividades, desde o planeamento, organização de espaços e auxílio durante os mesmos. De realçar todo o apoio prestado pelos professores do GEF, porque sem esse mesmo apoio, nunca teria tido a possibilidade de perceber quais as maiores dificuldades e pontos críticos para a realização deste tipo de atividades desportivas com sucesso, onde no final todos usufruem do convívio, dando espaço para uma melhoria das relações (Aluno-aluno e professor-aluno). De frisar a participação voluntária dos alunos em todas estas atividades, não só como participantes em competição mas também como papel de ajudantes e árbitros, indo ao encontro das orientações do Programa de Desporto Escolar (2009), onde se destaca que “deverá ser incentivada a participação dos alunos no planeamento e gestão das atividades desportivas escolares, nomeadamente, o seu papel como dirigentes, árbitros, juizes e cronometristas” (p.25). A participação destes alunos foi importante uma vez que contribuiu para a integração/inclusão de alunos menos dotados (e não só) do ponto de vista técnico-tático, mostrando-se desta forma outras formas de participação nos fenómenos desportivos.

Assim sendo, considero que a escola/GEF deverá continuar a apostar na dinamização destas atividades, uma vez que estas constituem uma mais-valia para o

aumento da qualidade/quantidade de prática de atividade física semanal, o que é fundamental para a concretização de um dos grandes objetivos gerais da Educação Física (Programa Nacional de Educação Física, 2001).

Considero que toda a minha intervenção ao nível do DE foi bastante positiva, e também na organização e operacionalização das atividades internas realizadas pelo GEF, as quais se encontram expressas no PAA de Educação Física. Desta forma, tentei dar o meu melhor contributo para a organização e operacionalização do Corta-Mato escolar, dos torneios do dia do Andebol e Tag Râguebi, dia do Badminton e bola ao capitão e dia do Basquetebol (realizados ao longo de todo o ano letivo).

### **Ação de Intervenção adaptada às características e às necessidades específicas da escola**

Outra das atividades de estágio dinamizadas na ESAA, com vista a responder a um dos objetivos da área 3 (Ação de Intervenção adaptada às características e às necessidades específicas da escola), apresentou-se como pano de fundo para a temática “Educação para a Saúde”.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (WHO, 1998) o conceito de saúde é “o estado completo de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença”, mas também é a capacidade de desenvolver recursos e potencialidades, quer no plano individual, quer coletivo, com vista à obtenção de melhores níveis de bem-estar e qualidade de vida.

O conceito de saúde coloca em destaque o equilíbrio do indivíduo em relação a si próprio, bem como em relação ao envolvimento. O fator “ter saúde” não é só um objetivo individual, mas um objetivo de cada comunidade nas rotinas do dia-a-dia, que inclui aspetos ligados à saúde física, mas também à saúde mental e interpessoal.

Sendo os hábitos de vida saudável transferíveis para a vida adulta, fenómeno designado por *tracking* da AF, esta designação pretende descrever a estabilização da atividade física, através dos seus valores para a vida adulta. Assim, o incentivo para a adoção de um estilo de vida ativo e saudável na infância e na adolescência, através do fenómeno de *tracking*, funciona como um estratagema preventivo de alguns fatores de risco, que poderá ter sucesso se for iniciada o mais cedo possível (Marques, 2010).

Apresentando-se a escola como um local fundamental para desenvolver projetos de promoção da saúde, esta ação pretendeu, capacitar os indivíduos para a tomada de decisão, por isso, outro pressuposto importante consiste em garantir que os alunos

acreditem que podem influenciar as suas vidas, que podem fazer opções saudáveis, que podem mudar as atitudes e comportamentos.

A escola deve assumir um papel de extrema importância no desenvolvimento de programas que permitam que os alunos não disponham apenas de condições adequadas para a prática de atividades físicas, mas também deve fornecer competências básicas que assegurem a futura autonomia dos alunos.

As ações educativas, num contexto de promoção de saúde, não só para que sejam os próprios indivíduos a tomar decisões e a responsabilizarem-se pela sua saúde, como para que estes mesmos indivíduos se sintam competentes para adotar estilos de vida saudáveis, como ainda para que o envolvimento físico e social seja favorável a estes estilos de vida permitindo uma acessibilidade fácil, socialmente valorizada e duradoura.

Tendo em conta o anteriormente referido, surge a ideia de cooperar com a equipa do projeto de educação para a saúde (PES) da ESAA, num projeto apelidado de “semana da saúde”, durante o período de tempo (entre 8 e 12 de Abril), que nasceu de um desejo de mudança da realidade das crianças portuguesas, pretendendo assim fomentar em todas as crianças e adolescentes hábitos de vida saudáveis, através de jogos, atividades lúdicas e palestras promovendo assim a atividade física, a incrementação de hábitos alimentares saudáveis e partilha de conhecimentos relativos aos primeiros socorros e doenças oncológicas.

Este projeto teve como principais objetivos: Capacitar os alunos para a adoção de um estilo de vida saudável e saber mantê-lo ao longo da vida; promover a aprendizagem de conhecimentos relacionados com o incremento e manutenção das atividades físicas, alimentação saudável e primeiros socorros; criar o hábito vitalício pela prática de atividade física; promover atividades inclusivas que sejam dirigidas a todos os alunos, que incluam os interesses e as necessidades de todos; oferecer satisfação, prazer e interação social dos alunos, promovendo o gosto pela prática regular de atividade física e compreender a sua importância como fator de saúde; combater os comportamentos sedentários e alertar para o perigo das doenças inerentes; promover a interligação e cooperação entre todos os departamentos da escola e ainda difundir trabalhos desenvolvidos pelos alunos sobre as temáticas ligadas à Saúde.

Esta Ação tentou ir ao encontro de algumas das metas/objetivos definidos no PEE da ESAA:

- “Promover a participação em projetos inovadores.
- Estimular a auto e hétero reflexão como práticas para a melhoria e para a mudança.
- Reconhecer o valor da aprendizagem e desempenhos realizados nos projetos e atividades extracurriculares.
- Implementar projetos de investigação e parcerias de âmbito internacional”.

Projeto Educativo de Escola (2004, p.5)

Dado que já é tradição a escola dinamizar a denominada “Semana da Saúde”, como núcleo de estágio decidimos contribuir com a organização das seguintes atividades: Sessão sobre alimentação e atividade física e a sessão sobre primeiros socorros (com a participação da Associação Caparica Mar) com exposição de pósteres e cartazes alusivos ao tema da Saúde.

A sessão sobre alimentação e atividade física decorreu no dia 8 de Abril, estando prevista a condução da palestra por parte de uma Licenciada em Ciências da Nutrição. Esta participação acabou por ser cancelada dias antes, por motivos profissionais o que tornou impossível a sua presença na data e horas acordadas. Mesmo assim, o núcleo de estágio da ESAA considerou que a transmissão dos conhecimentos previstos para essa sessão seria uma mais-valia para as turmas a que lhes estava destinado, tendo sido acordando entre o núcleo de estágio e a equipa do PES, que seria-mos nós estagiários a assumir a sessão de transmissão de conhecimentos.

A apresentação ocorreu às 10H00 no espaço destinado às palestras da Casa Rural, contando com a presença da minha turma (10ºB) e o 10ºD. Esta sessão foi realizada tendo como suporte uma apresentação em *powerpoint*, sendo esta dividida em três momentos, correspondendo aos três estagiários.

A aderência e participação durante a sessão foi bastante positiva, tendo sido criada uma sessão bastante interativa, havendo momentos de partilha de informação e experiências pessoais relacionadas com os diversos temas abordados. De referir que a participação nesta palestra não era de caráter obrigatório, tendo sido por isso bastante positivo conseguirmos ter o espaço destinado à apresentação completamente lotado.

No final da sessão foram distribuídos um pequeno questionário a cada aluno, de modo a poder dar a sua opinião, sobre a qualidade e interesse desta palestra no contributo para o aumento dos seus conhecimentos. Depois de analisados os questionários, podemos afirmar que a receção por parte dos alunos foi bastante positiva, tendo sido da opinião geral que de facto esta palestra teve uma boa qualidade de transmissão de conteúdos, conteúdos estes que foram ao encontro de temas bastante importantes tendo em conta a faixa etária dos alunos das turmas presentes e a sociedade sedentária em que vivemos.

Gostaria de referir que esta apresentação revelou-se bastante formativa uma vez que tive a oportunidade de partilhar conceitos e experiências, não só, com os alunos da minha turma, com quem convivi durante todo o ano, mas também com alunos que desconhecia, por via de uma apresentação oral bastante dinâmica e divertida.

Em relação à segunda atividade proposta pelo núcleo de estágio, contamos com a presença da Associação Caparica Mar, que disponibilizou quatro elementos e equipamento especializado, para a realização de uma sessão de Primeiros Socorros. Esta decorreu no dia 12 de Abril pelas 11h00 no espaço da Casa Rural. Importa referir que durante toda a palestra foi possível visualizar os pósteres e cartazes afixados, que foram realizados pelas três turmas do núcleo de estágio, no âmbito da área dos conhecimentos, tendo como temática a saúde e atividade física.

Esta sessão foi constituída, num primeiro momento teórico, onde foram abordados alguns procedimentos sobre as técnicas de primeiros socorros, pretendendo educar os alunos sobre como reagir em situações de emergência, o que fazer e não fazer em casos de emergência. Numa segunda parte foram demonstradas as técnicas de suporte básico de vida, tendo os alunos a oportunidade de realizar estas mesmas técnicas entre eles.

Esta atividade contou com a participação das turmas do 11ºA e 11ºB. À semelhança da atividade anterior, foi distribuído por todos os participantes um pequeno questionário. Depois de analisados os questionários, foi notória a satisfação dos participantes com a atividade, tendo sido tecidos comentários positivos demonstrando um grande interesse sobre os conteúdos demonstrados e interação dos elementos da Associação Caparica mar com os alunos. Esta sessão contou com uma participação excelente por parte dos alunos, que para além de comparecerem em grande número, demonstraram um comportamento exemplar.

A nível de formação pessoal, esta atividade foi uma mais-valia, uma vez que não dominava as técnicas de suporte básico de vida, podendo desta forma não só aprender o teor teórico mas também por em prática o que foi ensinado. Estes conhecimentos são de

extrema importância no contexto social, podendo a partir de agora prestar socorro a qualquer cidadão, mas torna-se ainda mais relevante tendo em conta a minha área profissional intimamente ligada à atividade física e desporto.

Importa de referir que a “Semana da Saúde” teve mais três atividades, nomeadamente: a sessão “A investigação no INS Ricardo Jorge”- Dr. Laurentino; a sessão da Abraço - Dr. Sérgio Luís e o Consultório na Anselmo.

Gostaria de frisar que a semana da saúde contou com a participação de todos os elementos do núcleo de estágio desde início, desde o planeamento, ao contato com convidados, realização de pósteres para divulgação das atividades, dinamização e organização. Quero deixar aqui implícito o meu mais sincero agradecimento a toda a equipa do PES da ESAA em especial à professora Emiltina Matos, que sempre nos recebeu e ajudou durante todo este processo.

Ainda dentro da temática das ações de intervenção na escola, o núcleo de estágio realizou mais uma atividade; a “Gincana “Multi-idades e Sessão “Mexete””. Estas atividades de correram nos dias 4 de Junho pelas 10:30h e 6 de Junho após a hora de almoço. A realização destas atividades tiveram como objetivos: proporcionar e consolidar as relações interpessoais entre alunos de diferentes faixas etárias; realizar atividades que relacionadas com a nossa cultura, nomeadamente os jogos tradicionais portugueses; dar a conhecer aos idosos um pouco da forma como vivemos o desporto e a Educação Física na ESAA; possibilitar momentos de comunicação e de partilha de experiências entre todos os participantes; dar a oportunidade de conhecer e vivenciar os espaços desportivos da ESAA e por último, sensibilizar para as questões relacionadas com a atividade física e estilos de vida saudáveis.

Quanto à “Gincana multi-idades”, foi proposto aos alunos do 6º ano que realizassem uma gincana de carácter recreativo e competitivo, no sentido de pôr à prova as habilidades físicas e mentais dos mesmos. A gincana foi apelidada de gincana “multi-idades”, uma vez que contámos com a participação de alguns idosos do centro de dia URPICA. Este projeto realizou-se na escola, no dia 4 de Junho pelas 10:30, utilizando os espaços desportivos exteriores junto do pavilhão de Educação Física. Esta atividade foi organizada em cinco estações que procuraram abordar as três áreas de avaliação da Educação Física em Portugal, nomeadamente, área dos conhecimentos, aptidão física e atividades físicas e desportivas. Das cinco estações anteriormente referidas, três delas foram compostas por atividades no âmbito das atividades físicas e desportivas, uma composta por uma atividade no âmbito da aptidão física e a restante no âmbito da área dos conhecimentos.

A gincana foi realizada por vinte e três equipas, cada uma constituída por quatro alunos e um idoso, tendo uma duração total de aproximadamente sessenta minutos.

Considero que esta atividade teve um cariz formativa bastante importante, uma vez que possibilitou o convívio e troca de experiências entre duas populações (Escolar e comunidade exterior) e duas faixas etárias distintas. Este facto tentou levar a que os alunos mais novos (turmas do 6ºano) adquirissem um maior respeito pelas populações idosas, através da realização de tarefas comuns, juntando esforços para superar as diferentes tarefas da Gincana. Para os participantes provenientes do centro de dia URPICA, considero ter sido um momento lúdico bastante entusiasmante, uma vez que, possibilitámos-lhes uma manhã diferente da sua rotina diária, tendo estes a oportunidade de mostrar o seu grande valor como, fonte de sabedoria e experiência de vida para os mais novos. Esta atividade surgiu da ideia de combater a discriminação dos mais jovens para com os mais idosos e que melhor maneira de o fazer do que juntando esforços em atividades de cooperação.

Durante e no final desta atividade fomos recolhendo opiniões sobre a mesma, tendo a receptividade de ambos os participantes (Alunos do 6ºano e idosos do centro de dia) ter sido claramente positiva, destacando os momentos de convívio e troca de experiências como os mais gratificantes. Gostaria de referir e agradecer a todos os elementos e organização do centro de dia URPICA, por toda a disponibilidade e abertura para a participação nesta atividade.

Esta atividade, teve um cariz importante para a minha formação, pois possibilitou-me o contato com uma população diferente daquela com que lidei diariamente (alunos do ensino secundário), despertando em mim ainda mais o sentimento de que esta faixa etária, não pode ser deixada ao abandono e esquecimento, pois são pessoas com muita experiência de vida que terão sempre algo a ensinar às populações mais jovens e inexperientes.

No que diz respeito à sessão “Mexe-te” , esta decorreu no dia no dia 6 de Junho e teve como população alvo, todos os alunos do ensino secundário, funcionários e docentes da ESAA interessados em participar. Esta sessão foi constituída por uma aula de grupo, dada por um instrutor de fitness do Ginásio Holmes Place.

A participação nesta atividade, acabou por ficar aquém das nossas expectativas, embora possa afirmar que um dos grandes objetivos tenha sido alcançado que era juntar numa só atividade, diferentes intervenientes da população escolar, num momento em que todos estiveram de igual para igual. Contámos com a participação de dois docentes, alunos e uma funcionária da ESAA.



Em forma de conclusão, gostaria de referir que a ideia base destas duas atividades (Gincana “multi-idades” e sessão “Mexex-te”) teve como principal objetivo a criação de momentos em que pudesse haver interação entre diferentes comunidades com a população de alunos da ESAA, nomeadamente, comunidade exterior próxima da escola, corpo docente e funcionários, indo ao encontro de um dos objetivos do PEE da ESAA:

- Promover a participação em projetos inovadores.
- Fomentar as relações interpessoais e a cooperação
- Fomentar a troca de experiências entre os vários intervenientes da comunidade educativa;
- Envolver os alunos e o pessoal auxiliar de ação educativa na dinâmica da escola;

Projeto Educativo de Escola (2004, p.5, p.10)

Considero que estas atividades revelaram ser de cariz importantes para a minha formação uma vez que me deram a oportunidade de passar por todas as fases organizativas de uma atividade, nomeadamente o planeamento, tendo em conta o interesse das populações alvo e simultâneo das condições disponíveis da ESAA e dos diferentes intervenientes e a planificação cuidada dos projetos de modo a poder apresenta-los à direção da escola assim como a cada convidado. Após a fase de planeamento e planificação, pude experimentar diferentes formas de divulgação das atividades, quer por via de cartazes, quer por convite pessoal a cada turma. No final destas atividades, sinto-me muito mais preparado para num futuro próximo, poder planear, planificar e desenvolver atividades, uma vez que depois de passar por esta experiência, ganhei noção de todos os paços necessários para a realização das mesmas.

## **Relação com a comunidade – Área 4**

O trabalho docente não se resume à exclusividade da lecionação de aulas. Como tal, esta área do estágio pedagógico permite a aprendizagem de competências em estreita articulação com a comunidade escolar. Surgem dois campos de ação distintos, a conceção de processos de caracterização da turma do 10ºB e a colaboração nas tarefas do DT no acompanhamento pedagógico da turma do 10ºB.

### **Estudo de Turma 10ºB**

A aquisição dos pressupostos que compõem a competência relativa ao conhecimento dos alunos da turma culminou com a elaboração de um documento denominado “Estudo de Turma”. Neste, foram destacadas as particularidades sociais, culturais e psicológicas dos alunos individualmente e como turma, cujo conhecimento se considera essencial para o êxito da intervenção no processo de ensino-aprendizagem, pois fornece uma base para a tomada de decisões fundamentadas aquando a preparação da aula (Bento, 1987).

Numa fase inicial e com o objetivo de conhecer melhor os alunos da turma 10ºB, apliquei um questionário inicial relacionado com a disciplina de Educação Física. Este questionário, para além de permitir recolher informações respeitantes à disciplina, também serviu para caraterizar a turma.

A turma que acompanhei pertence ao Curso Científico - Humanístico de Ciências e Tecnologias, sendo constituída por um total de 29 alunos (15 rapazes e 14 raparigas) com idades compreendidas entre os 15 e os 17 anos. Em relação ao relacionamento, os diferentes intervenientes sempre se relacionaram bem, tendo em conta de se tratar de uma turma formada por elementos provenientes de diferentes estabelecimentos escolares (+ 45% da turma), tendo apresentado ao longo do ano um bom clima de aula.

Quanto à assiduidade e pontualidade, não se verificaram muitos problemas, sendo os alunos por norma pontuais, marcando presença no local da aula à hora de início, nunca ultrapassando os cinco minutos de atraso.

Para uma melhor caracterização da turma, foi distribuído pelos alunos, na primeira aula, um questionário que procurou abordar assuntos relativos à disciplina de EF, historial desportivo, altura e peso, presença de doenças crónicas (asma, diabetes...etc.) e as perspetivas em relação às aulas do presente ano letivo.

Após a análise dos inquéritos, verificou-se que não existiam casos de alunos com necessidades educativas especiais. Relativamente a problemas de saúde, apenas existiam três alunos com renite alérgica. Em relação ao historial desportivo, a maioria dos alunos respondeu já ter praticado alguma modalidade desportiva, nomeadamente: Natação e Desportos de Combate (Judo, Karaté...etc.), havendo no entanto quatro alunos que nunca praticaram nenhuma modalidade desportiva fora das aulas de EF. Quanto à participação no Desporto Escolar, apenas quatro alunos afirmaram ter participado, destes, dois no Andebol e dois no Badminton. Ainda dentro do Desporto escolar, houve interesse por vários alunos em participar mas tal não lhes era possível devido ao seu horário coincidir com o início dos treinos do DE. Quanto ao gosto pela Disciplina de Educação Física, 90% dos alunos da turma respondeu gostar das aulas desta disciplina. Um dos aspetos que recebeu especial atenção ao longo do ano, foi o Índice de massa corporal dos alunos. No 3º Período, tendo sido a última vez que foram recolhidos estes dados, existiam três alunos com problemas de excesso de peso.

Para além deste questionário ainda foi realizado um teste sociométrico da turma. As informações resultantes da aplicação do questionário e do teste sociométrico foram tratadas e, posteriormente, partilhadas com os professores em Conselho de Turma, uma vez que poderiam ser pertinentes para que, em grupo, se encontrassem estratégias de condução/orientação do processo de ensino aprendizagem, levando os alunos a atingir os objetivos e metas que traçaram para o presente ano letivo. Considero que os professores presentes no Conselho de Turma mostraram interesse nas informações transmitidas ao ponto de querer ficar com esta informação para análise individual. Quanto à disciplina de Educação Física, considero que estes dados foram relevantes, uma vez que me ajudaram a ter uma perceção mais rápida dos alunos que acompanhava. Com base nos dados fornecidos pude organizar melhor as minhas sessões e grupos de trabalho, uma vez que fiquei a saber qual o seu historial desportivo, quais as modalidades preferidas e, através do teste sociométrico, ficar a saber quais os alunos que interagem melhor uns com os outros, informação esta indispensável para a motivação e criação de um bom clima de aula ao longo das diferentes matérias a serem abordadas ao longo do ano.

### **Acompanhamento da Direção de Turma**

Uma leitura atenta do Decreto Regulamentar n.º 10/99, de 21 de julho, no qual se encontram definidas as funções do DT, mostra que estas são muito abrangentes e de

grande responsabilidade, apontando para tarefas de coordenação e de gestão, e implicando o estabelecimento de relações interpessoais de diferentes tipos e com diferentes interlocutores (alunos, professores e Encarregados de Educação). Neste sentido, o acompanhamento da direção de turma conjeturada no estágio pedagógico revelou-se uma oportunidade ímpar de formação na escola, pois constituiu-se como um momento exclusivo de formação neste âmbito. De acordo com Zenhas (2006), ser diretor de turma é um cargo muito importante no acompanhamento do percurso escolar dos alunos e da turma e no estabelecimento de colaboração entre a escola e a família. É um cargo que exige competências de gestão, de coordenação, de comunicação, de relacionamento interpessoal, entre outras.

O DT do 10ºB era a professora de Física e Química Dulce Campos. No início do ano letivo tive a oportunidade de falar com a DT, sendo que esta me foi dando algumas informações sobre a turma, no que diz respeito ao seu historial escolar e comportamento nas restantes disciplinas.

Quanto ao acompanhamento da direção de turma, em virtude da recetividade demonstrada pela DT, disponibilizei-me para a acompanhar na sua hora burocrática (registo e justificação de faltas/ e organização do dossiê de turma) e na organização e realização das reuniões de pais.

O acompanhamento da DT contribuiu para a compreensão/conhecimento das dinâmicas, procedimentos e funções inerentes a este cargo. Este conhecimento só foi possível graças à disponibilidade da DT, o qual me explicou todas as tarefas que devem ser realizadas diariamente no âmbito da Direção de Turma.

## **Hora burocrática**

Durante o acompanhamento da DT na sua hora burocrática, foi-me possível entender os diversos tipos de faltas e os diferentes procedimentos que devem ser adotados a quando da introdução das faltas dos alunos no programa informático. Mais tarde foi-me ensinado e autorizado a realização da justificação de faltas através do mesmo programa informático.

Igualmente no início do ano letivo, foi-me incumbida a tarefa de organizar o dossiê de turma, uma vez que muitos dos alunos da turma eram provenientes de outros recintos escolares, sendo necessário dividir, separar e organizar os diferentes currículos e registos escolares por pastas individuais, o que possibilitou ao longo do ano letivo, o acesso a toda a informação dos alunos (registo de faltas, notas), para serem

apresentados sempre que necessários (encarregados de educação, reuniões de pais e direções de turma).

Assim sendo, considero que consegui terminar o ano letivo a dominar a forma de efetuar o registo das faltas e as respetivas justificações, assim como organizar corretamente os dossiers de cada aluno. Como tal, penso que já me encontro completamente familiarizado com o programa informático utilizado pela escola. Ao longo do ano letivo, consegui inteirar-me das várias funcionalidades que este programa apresenta, o que me permitirá, no futuro, ter alguma autonomia ao nível da realização das seguintes tarefas: lançamento de faltas e classificações no programa informático; tiragem das listagens de todo o tipo de faltas; tiragem das listagens das classificações dos alunos; envio de informações para os EE.

Considero que a realização deste tipo de trabalho (de cariz burocrático) é fundamental, uma vez que permite que o DT esteja na posse de dados que podem ser úteis para manter os EE a par da situação escolar dos respetivos educandos.

Tenciono um dia mais tarde, quanto tiver no cargo de DT, ter todos os dados dos meus alunos bem organizados e estruturados, uma vez que pude verificar a importância da organização da informação, tendo facilitado à posteriori a comunicação dessa mesma informação aos professores e EE.

## **Receção aos Encarregados de Educação**

Ao longo do ano letivo, no âmbito do acompanhamento da DT, pude assistir a algumas reuniões com os EE dos alunos da turma 10ºB. A primeira reunião a que assisti, tratou-se da apresentação aos EE, tendo como principais objetivos, a recolha de dados pessoais dos EE para facilitar o contato (nº de telefone/telemóvel e e-mail) a apresentação dos objetivos traçados para o ano letivo e divulgação dos resultados de um questionário, que os alunos responderam na primeira sessão com a DT, sobre como eles utilizam o tempo fora da escola e qual o retrato deles mesmos como estudantes, tendo esta informação sido apresentada através de *powerpoint*. As restantes reuniões trataram-se sempre das reuniões de final de período para a entrega das notas dos alunos e discussão do comportamento como turma e individual dos mesmos ao longo de cada Período letivo. As minhas funções durante essas reuniões limitaram-se ao registo de todos os tópicos e assuntos tratados em casa reunião para a elaboração à posteriori da respetiva ata. No que diz respeito a reuniões com EE individualmente não me foi

permitida, por opção da DT, assistir a nenhuma, querendo manter a privacidade com os respetivos EE.

Gostaria de realçar a postura da DT, durante estas reuniões que por vezes não se revelou tarefa fácil. Por várias vezes a DT teve de assumir o papel de defensora dos professores da turma, uma vez que houve várias vezes queixas por parte dos pais, contra determinados professores, queixas estas quase sempre orientadas para os fracos resultados académicos.

Em forma de conclusão, considero que a presença nestas reuniões foi de extrema importância uma vez que, tive a oportunidade de pela primeira vez, ser confrontado pelos EE, tendo por algumas vezes, sido solicitado para esclarecer algumas dúvidas, no âmbito da EF. Esta interação com os pais é de extrema importância uma vez que podemos ficar com a imagem de quem está por trás de cada aluno, percebendo melhor, através desde contacto o que pensa cada EE, uma vez que independentemente de cada opinião, no final de contas, tanto os professores como os EE, querem o mesmo, que é o sucesso dos seus alunos/filhos.

## **Reuniões de Conselho de Turma**

O DT além de apresentar um papel fundamental na ligação entre a escola e os EE, o DT é igualmente determinante na coordenação do trabalho dos professores do CT, bem como na mediação entre a ação destes e os outros atores do processo educativo (Roldão, 2007).

As reuniões de Conselho de Turma, foram extremamente importantes para o desenrolar do ano letivo, uma vez, que foi nelas que todos os professores, tiveram a possibilidade de se orientarem todos para um único sentido, o do sucesso escolar da turma. Este alinhamento de objetivos passou, num primeiro momento, por uma comunicação ativa de cada professor sobre o comportamento, assiduidade, pontualidade e desempenho dos alunos em cada disciplina. Esta comunicação entre os diferentes professores, possibilitou à criação de algumas estratégias para a tentativa de recuperar os alunos menos empenhados e/ou desestabilizadores. De um modo geral, em todas as reuniões intercalares de cada período, era feito um balanço do progresso e desempenho da turma e cada aluno em concreto, podendo-se apurar, se as estratégias encontradas teriam ou não a demonstrar resultados. De referir que em duas destas reuniões estiveram presentes o representante dos EE e o delegado de turma, de modo a tratar pessoalmente

de assuntos relacionadas com a turma (Assiduidades, pontualidade e comportamento dentro da sala de aula).

Um segundo tipo de reunião de conselho de turma, foram as reuniões para a preparação da avaliação, onde cada professor transmitiu, ao DT, as classificações de cada um dos alunos do 10ºB. Após este procedimento, o DT imprimiu um documento onde constavam as classificações de todos os alunos a todas as disciplinas, o qual foi entregue a cada um dos docentes presentes na reunião de modo a poder verificar e confirmar a nota atribuída a cada aluno. Nestas reuniões, cada docente entregou, ao DT, a respetiva apreciação qualitativa e quantitativa relativa aos alunos do 10ºB. Após a entrega deste documento, cada professor fez uma análise ao desempenho de cada aluno durante os períodos letivo. Mais uma vez, fez-se referência aos casos mais problemáticos e preocupantes, os quais, ao longo do ano letivo, necessitariam de medidas adequadas. Embora os professores procedam à identificação e reflexão sobre um problema da turma ou de um aluno, transparece que os professores se encontram muito orientados para o trabalho nas suas disciplinas, o que, a somar ao facto de terem um elevado número de turmas, dificulta que se foquem e tentem resolver em cooperação os problemas identificados. Como futuro professor e possível DT, devo de procurar promover a discussão conjunta de estratégias concretas, refletindo sobre as vantagens e desvantagens que as estratégias referidas possam acarretar.

Gostaria de voltar a referir que foi durante uma destas reuniões de Conselho de Turma (2ª reunião intercalar) que apresentei aos professores presentes os resultados obtidos através do estudo de turma, tendo sido, segundo os professores presentes, uma mais-valia para a reunião, indo ao encontro e esclarecendo alguns aspetos que se estavam a discutir na reunião.

Julgo que a minha participação nestas reuniões de Conselho de Turma foram bastante importantes pois, permitiram-me observar o outro lado da Função de DT. Ao contrário das reuniões com os EE, estas não tiveram apenas a função de comunicação de informação, tiveram também como objetivo principal, traçar estratégias conjuntas para superar dificuldades e poder potenciar cada docente, podendo mais uma vez, cumprir com o objetivo principal de levar os nossos alunos ao sucesso académico.

Em forma de conclusão, tentei que o meu acompanhamento da DT tivesse de acordo com os objetivos traçados no documento “Projeto de Direção de turma (Anexo 19).

Ao longo deste processo, fui encontrado algumas dificuldades, nomeadamente, na forma correta de organização dos currículos dos alunos, uma vez que se tratava de uma

turma do 10º ano com muitos alunos provenientes de outras escolas, logo o processo de organização de currículos foi algo confuso uma vez que foi o primeiro contacto com uma tarefa deste género, algo que rapidamente foi superado após uma cuidadosa explicação da DT. Outras das dificuldades encontradas durante este processo de acompanhamento foi o registo e consequente elaboração de documentos burocráticos (Atas de reuniões), o que se demonstrou não ser muito complicado.

Em suma pude intender através deste acompanhamento, o verdadeiro papel e importância do DT, não sendo este, apenas um professor, mas sim um acompanhante do percurso individual dos alunos da turma, estabelecendo uma colaboração entre a escola e os EE de modo a potenciar as aprendizagens dos seus alunos. Futuramente, enquanto DT tenciono replicar o melhor que assisti ao longo deste processo de acompanhamento, tentando através de uma boa coordenação com os professores de turma e EE, encontrar as melhores soluções para que os meus alunos consigam alcançar todos os seus objetivos.



## Reflexão Final

Posso afirmar que foi com um enorme prazer e satisfação que realizei este Estágio Pedagógico em Ensino da Educação Física nos ensinos básicos e secundários. Todas as experiências vividas durante este ano contribuíram, sem dúvidas, para a melhor forma de concluir o meu processo de formação.

O ano letivo que termina com a elaboração deste relatório, possibilitou-me experienciar o que é ser professor de Educação Física. Considero, que apesar de todos os sucessos e insucessos, momentos altos e baixos, que consegui desempenhar bem a minha tarefa, tentando sempre superar as minhas lacunas de modo a tornar-me um melhor profissional. Agradeço todo o apoio prestado pelos dois orientadores, professores da ESAA, professores do GEF e colegas de estágio, sendo todos eles elementos chave para o bom desenrolar do meu processo de estágio. Assim como agradeço tudo o que me foi proporcionado pela ESAA, também eu tentei deixar a minha marca, tendo dado sempre o meu melhor em todas as tarefas em que participei.

A aprendizagem da profissão docente não inicia com a frequência de um curso de formação inicial, nem termina com a obtenção de uma licenciatura em ensino; é algo que o docente terá de realizar ao longo de toda a vida (Carreiro da Costa, 1996).

Guardarei todas as experiências e ensinamentos que me foram partilhados ao longo do ano, sendo estes a base para que possa continuar a apostar na minha formação, tendo como objetivo, melhorar sempre o meu desempenho como docente.

## Bibliografia

Barroso, J. (1997). *Autonomia e gestão das escolas*. Lisboa, Portugal: Editorial do Ministério da Educação.

Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. (2ª ed). Lisboa: Livros Horizonte.

Carreiro da Costa, F. (1996). Formação de Professores: Objectivos, conteúdos e estratégias. In F. Carreiro da Costa, L. Carvalho, M. Onofre, J. Diniz, J. & C. Pestana (Eds.), *Formação de Professores em Educação Física. Concepções, investigação, prática* (pp.9-36). Lisboa: Edições FMH.

Carta Europeia de luta contra a obesidade. (2006). *Paper presented at the Conference Ministerial da Organização Mundial da Saúde Europeia sobre a luta contra a Obesidade*. Istambul.

Escola Secundário Anselmo de Andrade (2004) *Plano Educativo de Escola* (2004). Documento não publicado, Escola Secundária Anselmo de Andrade, Almada, Portugal.

Fernandes, D. (2007). A avaliação das aprendizagens no Sistema Educativo Português. *Educação e Pesquisa*. 33(3), 581-600.

Gonçalves, J. (2009) *Voleibol: ensinar jogando*. Lisboa: Livros Horizonte.

Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J. & Carvalho, L. (2001). *Programa Nacional de Educação Física* (Reajustamento) – Ensino Básico 3º Ciclo. Lisboa: Ministério da Educação.

Maria, A. & Nunes, M. (2006). *Orientações programáticas - Actividade Física e Desportiva no 1º Ciclo do Ensino Básico*: Associação Nacional de Municípios Portugueses.

Marques, A. (2010). *A escola, a Educação Física e a promoção de estilos de vida ativa e saudável: estudo de um caso*. (Tese de Doutoramento não publicada), FMH, Lisboa, Portugal.

McGown, C. (1991). *O ensino da técnica desportiva. Treino Desportivo*. 2(22), 15-22.

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2012). *Guia de Estágio do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário*. Documento não publicado, Departamento de Ciências da Educação, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana, Cruz-Quebrada, Portugal.

Ministério da Educação, D.G.I.D.C. (2009). *Programa do Desporto Escolar para 2009-2013*. Desporto Escolar.

Mosston, M. & Ashworth, S. (1986). *Teaching Physical Education*. Ohio: Merrill Publishing Company.

Mota, R. (2003). Desporto Escolar organização, dinamização da actividade interna. *Revista Horizonte*, 19(109), 1-8.

Pate, R., Davis, M., Robinson, T., Stone, E., McKenzie, T., & Young, J. (2006). Promoting Physical Activity in Children and Youth: A Leadership Role for Schools. *Journal of the American Heart Association*, 114, 1214-1224.

Roldão, M. (2007) *Cadernos de Organização e Administração Educacional. O Director de Turma e a Gestão Curricular*. Évora: Centro de Investigação e Educação e Psicologia da Universidade de Évora.

Sarmiento, P., Rosado, A., Rodrigues, J., Ferreira, V., Leça, A. (1998). *Pedagogia do Desporto II. Instrumentos de Observação Sistemática da Educação Física e Desporto*. 3ª Ed.

Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Palo Alto: Mayfield Publishing Company.

Trudeau, F., & Shephard, R. (2005). Contribution of school programmes to physical activity levels and attitudes in children and adults. [Review]. *Sports Med*, 35(2), 89-105.

Varela de Freitas, C. (1997). *Gestão e avaliação de projectos nas escolas*. Lisboa: Instituto de inovação Educacional.

World Health Organization. (1998). *Promoting Active Living in and Through Schools: Policy Statement and Guidelines for Action*. Esbjerg: World Health Organization.

World Health Organization. (1998). *Health promotion evaluation: Recommendations to policy makers*. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe.

Zenhas, A. (2006). *O papel do director de turma na colaboração escola - família*. Porto: Porto Editora.

## **Legislação ou normas:**

- Decreto de Lei nº 95/91 de 26 de Fevereiro. Diário da República nº47 – I Série. Ministério da Educação. Lisboa.
- Decreto Regulamentar nº 10/99 de 21 de julho. Diário da República nº168 – I Série. Ministério da Educação. Lisboa
- Decreto de Lei nº 240/2001 de 30 de Agosto. Diário da República nº 201 - I Série. Ministério da Educação. Lisboa.
- Decreto de Lei Constitucional nº1/2005 de 12 de Agosto. Diário da República nº 155 – I Série. Assembleia da República. Lisboa

## **Anexos**

(Consultar em formato digital)